

เคล็ดลับ การหยุดพัก ที่สบาย เหมือน ขึ้นสวรรค์

เมื่อสองสามปีที่ผ่านมา บางคนทำนายว่าในไม่ช้าเราจะมีเวลาว่างมากจนไม่รู้ว่าจะทำอะไร ลองดูเหตุผลที่เชื่อถือได้จากคำทำนายคือ คอมพิวเตอร์ที่ช่วยย่นเวลาทำงานจากแรมเดือนเป็นแค่เสี้ยววินาที หรือหุ่นยนต์ที่ช่วยงานยากๆ ในโรงงานอุตสาหกรรมหนัก

จากเสียงคอมพิวเตอร์ทำงานวิทู และการทำงานโดยอัตโนมัติ เรากลับหายใจไม่ทั่วท้อง ทุกวันนี้เวลาของเรากลับหายไปหมด เห็นสิ่งอื่นใดเวลาสำหรับครอบครัวก็กำลังหมดลงเช่นกัน สามีภรรยาพบว่าเป็นการยากเหลือเกินที่จะหา “เวลาที่มีคุณภาพ” ให้ลูกๆ เวลาที่ได้อยู่ร่วมกันเหลือน้อยลงเต็มที่

ผลการศึกษาชุมชนเล็กๆ แห่งหนึ่งพบว่า พ่อให้เวลากับลูกวัยกระเตาะโดยเฉลี่ยเพียง 37 วินาทีต่อวันเท่านั้น! แทบไม่เหลือเวลาให้ครอบครัวหรืออยู่ร่วมกันเลย

เราจะทำอย่างไรเพื่อให้มีเวลาสำหรับครอบครัวและอยู่ร่วมกันมากขึ้น?

1. การเยียวยาภาวะชีวิตตึงเครียด

พระเยซูทรงเข้าใจปัญหาความกดดันตึงเครียดต่างๆ ของครอบครัว และพระองค์ประสงค์ให้เราตระหนักว่า การหยุดพักฝ่ายจิตวิญญาณเป็นคุณภาพชีวิตอย่างหนึ่งเช่นกัน

“บรรดาผู้เหน็ดเหนื่อยและแบกภาระหนัก จงมาหาเรา และเราจะให้ท่านทั้งหลายได้หยุดพัก จงเอาแอกของเราแบกไว้ แล้วเรียนจากเรา เพราะว่าเราสุภาพอ่อนโยนและใจอ่อนน้อมและจิตใจของพวกท่านจะได้หยุดพัก” มัทธิว 11:28, 29

พระคริสตธรรมคัมภีร์เสนอแนะการหยุดพักสองวิธี คือการเข้าหาองค์พระคริสต์อย่างสม่ำเสมอ ทุกวันและทุกสัปดาห์

2. การเข้าสนิทกับพระเยซูทุกวัน

ฝูงชนเรียกร้องให้พระองค์สนใจตลอดเวลา แต่ถึงกระนั้นพระคริสต์ทรงมอบสันติสุขแก่ทุกคนรอบๆ พระองค์ได้อย่างไร? ในแต่ละวันพระองค์ทรงทุ่มเทเวลาให้กับพระบิดาบนสวรรค์ ในการเผชิญกับความท้าทายของชีวิต พระองค์ทรงฟังฟังพระบิดาตลอดเวลา (ยอห์น 6:57)

หากต้องการมีชีวิตที่สงบและมั่นคงเหมือนอย่างพระองค์ เราต้องฟังฟังพระเยซูตลอดเวลาเช่นกัน ต้องยอมให้พระวจนะและพระวิญญาณบริสุทธิ์ของพระองค์หล่อหลอมและเติมเต็มชีวิตของเรา ทางที่ดีที่สุดคือการทุ่มเทเวลาอย่างมีคุณภาพกับพระคริสต์เพื่อต่อสู้อำนาจมารที่ทำให้ชีวิตย่ำแย่และแยกตัวเราออกจากครอบครัวพระองค์ พระเยซูทรงตรัสกับเราว่า

“จงติดสนิทอยู่กับเราและเราจะติดสนิทอยู่กับพวกท่าน.... เพราะว่าถ้าแยกจากเราแล้วพวกท่านจะทำได้สิ่งใดไม่ได้เลย” ยอห์น 15:4, 5

สิ่งจำเป็นที่สุดในการใช้เวลาของเราคือ เสาะหาเวลาว่างเพื่อให้อาหารแก่ฝ่ายจิตวิญญาณ โดยเข้าสนิทกับพระเยซูทุกวัน สิ่งจำเป็นที่สำคัญมากที่ต้องเน้นในความผูกพันระหว่างเรากับพระคริสต์คือ ราชกิจพระองค์บนทางเขนที่สำเร็จแล้ว เป็นหนทางเดียวที่ทำให้เกิดการหยุดพักและความปลอดภัยที่แท้จริง ดูได้จากพระเยซูทรงเปล่งเสียงร้องขณะที่กำลัง

จะสิ้นพระชนม์ว่า “สำเร็จแล้ว” (ยอห์น 19:30) หรืออีกนัยหนึ่ง ราชอาณาจักรช่วยให้เรา รอดจากบาปของพระองค์เสร็จสมบูรณ์แล้ว

“แต่ความจริง พระองค์ (พระคริสต์) ทรงปรากฏครั้งเดียวเท่านั้น... เพื่อกำจัด บาปให้หมดสิ้นไปโดยการถวายพระองค์เอง เป็นเครื่องบูชา” ฮีบรู 9:26

เมื่อพระเยซูทรงสิ้นพระชนม์พระองค์ ทรง “กำจัดบาป” นั่นคือคำตอบที่ว่าทำไม ผู้เชื่อที่สารภาพบาปแล้วสามารถ “หยุดพัก” ในพระราชกิจที่สำเร็จแล้วของพระคริสต์ เรา ได้รับการยกบาปออกไป

ปัจจุบันความรู้สึกผิดมักจะอยู่เบื้อง หลังการย่างก้าวในการดำเนินชีวิตของเราที่มี แต่ความวิตกกังวลหรืออื่น แต่พระเยซูทรงแก้ ปัญหาความผิดเพียงครั้งเดียวที่ไม่กางเขน ซึ่งมีผลตลอดไป เสียงร้องว่า “สำเร็จแล้ว” ของพระเยซูเป็นการปิดผนึกพระสัญญาของ พระองค์ที่ว่า “เราจะให้ท่านหายเหนื่อยและ เป็นสุข” กลายเป็นความจริง พระคริสต์ทรง กระทำหน้าที่ในการไถ่บาปเพื่อเราที่เนินเขา คาลวารี่เสร็จสมบูรณ์แล้ว (ทิตัส 2:14) ทรง พักผ่อนในหลุมศพวันสะบาโต ทรงลุกขึ้น จากความตายในเช้าวันอาทิตย์ เป็นชัยชนะ เหนือบาปและความตาย คริสตชนจะเชื่อมั่น เรื่องการหยุดพักจากราชกิจที่เกิดขึ้นของ พระคริสต์ซึ่งสำเร็จครบถ้วนแล้ว

“เพราะฉะนั้น...ก็ให้เราเข้าไปใกล้ด้วย ใจจริง ด้วยความไวใจเต็มที...ขอให้เรายัง คงยึดมั่นในความหวังที่ประกาศไว้ในวัน โดยไม่หวั่นไหว เพราะว่าพระองค์ผู้ประทาน พระสัญญานั้นทรงซื่อสัตย์” ฮีบรู 10:22, 23

เพราะว่าพระองค์ “ผู้ประทาน พระสัญญานั้นทรงซื่อสัตย์” เราสามารถ หยุดพักภายหลังได้รับการช่วยให้รอดบาป ตามพระสัญญา ความมั่นคงสันติสุขและการ หยุดพักที่เราได้รับจากพระเยซูทุกวันนี้ไม่ได้ เป็นผลจากการกระทำของเรา แต่เป็นผล จากสิ่งที่พระองค์ทรงกระทำบนกางเขน

เพราะความรอดนั้นมีแน่นอน เราจึง พักพิงในพระคริสต์ได้ ความแน่นอนนั้นเป็น แรงจูงใจให้เราจัดสรรเวลาในแต่ละวันอยู่กับ พระองค์ เป็นการให้อาหารใจด้วยพระวจนะ ของพระองค์ สูดหายใจบรรยากาศสวรรค์ ด้วยการอธิษฐาน การพบพระเยซูสามารถ

ขจัดภาวะตึงเครียดให้กลายเป็นสันติสุขและ มีจุดหมายในชีวิต

3. การเชื่อมความสัมพันธ์กับ พระเยซูทุกสัปดาห์

หลังจากที่พระคริสต์ทรงสร้างโลกใน หกวัน (โคโลสี 1:16-17) พระองค์ทรงจัด เตรียมวันหยุดพักสะบาโต เพื่อเป็นโอกาส ให้มนุษย์ปลุกฝังการเข้าสนิทระหว่างเรากับ องค์พระผู้เป็นเจ้า

“พระเจ้าทรงทอดพระเนตรสิ่งทั้งปวง ที่พระองค์ทรงสร้างไว้ ดูสิ ทรงเห็นว่าดียิ่งนัก มีเวลาเย็นและเวลาเช้าเป็นวันที่หก ฟ้า สวรรค์และแผ่นดิน และสรรพสิ่งทั้งสิ้นที่มีอยู่ใน นั้นก็ถูกสร้างเสร็จ วันที่เจ็ด พระเจ้าก็เสร็จ งานของพระองค์ที่ทรงทำมานั้น ในวันที่เจ็ด นั้นก็ทรงหยุดพักจากการงานทั้งสิ้นของ พระองค์ที่ได้ทรงกระทำ พระเจ้าจึงทรงอวย พรวันที่เจ็ดทรงตั้งไว้เป็นวันบริสุทธิ์ เพราะในวันนั้นพระองค์ทรงหยุดพักจากการ งานทั้งปวงที่พระเจ้าทรงเนรมิตสร้างและ ทรงกระทำ” ปฐมกาล 1:31-2:3

ในฐานะพระผู้สร้างพระเยซู “ทรง หยุดพัก” ในวันสะบาโตแรกกับอาดัมและ เอวา พระองค์ “ทรงอวยพร” วันนั้นและ “ทรง ตั้งไว้เป็นวันบริสุทธิ์” พระเจ้าทรงกำหนดให้ หนึ่งรอบของสัปดาห์มีเจ็ดวัน ซึ่งมีไว้เพื่อ ประโยชน์ของพระองค์แต่เพื่ออาดัมและเอวา เพื่อเราในปัจจุบัน เพราะพระองค์ทรงสน พระทัยมนุษย์สองคนที่พระองค์ทรงสร้าง อย่างยิ่ง จึงทรงวางแผนให้เขาอุทิศตนเพื่อ อยู่เฉพาะพระพักตร์พระเจ้าทุกวันที่เจ็ด ตลอดไป ในแต่ละวันสะบาโตจะเป็นหนึ่งวัน ที่ร่างกายพวกเขาได้หยุดพักและจิต วิญญาณได้รับการฟื้นฟูให้สดชื่นขึ้นใหม่ เพราะความบาปเข้ามาให้โลกของเราเอง จึงยังทำให้การหยุดพักวันสะบาโตเป็นสิ่ง จำเป็นมากขึ้น

พระผู้ช่วยให้รอดพระองค์นี้ทรง สัญญากับอาดัมและเอวาให้ “หยุดพัก” ประมาณสองพันปีต่อมา ทรงกำหนดให้เป็น พระบัญญัติแก่โมเสสบนภูเขาซีนาย (1 โครินธ์ 10:1-4) พระเยซูทรงเลือกบัญญัติการ หยุดพักวันสะบาโตให้เป็นหัวใจสำคัญอย่าง ยิ่งของพระบัญญัติสิบประการ พระบัญญัติ ข้อที่สี่กล่าวไว้ดังนี้

พบแล้ว

“จงระลึกถึงวันสะบาโต (คือวันหยุดพัก (งาน) ถือเป็นวันบริสุทธิ์” จงทำงานทั้งสิ้นของเจ้าทุกวัน แต่วันที่เจ็ดนั้นเป็นสะบาโตแต่**พระยาห์เวห์พระเจ้าของเจ้า** ในวันนั้นห้ามทำงานใดๆ ไม่ว่าเจ้าเอง หรือบุตรชายบุตรหญิงของเจ้าหรือทาสทาสีของเจ้าหรือสัตว์ใช้งานของเจ้าหรือคนต่างด้าว ที่อาศัยอยู่ในประตูเมืองของเจ้า เพราะในหกวัน**พระยาห์เวห์**ทรงสร้างฟ้าและแผ่นดินทะเลและสรรพสิ่งซึ่งมีอยู่ในที่เหล่านั้นแต่ในวันที่เจ็ด**ทรงพัก** เพราะฉะนั้น พระยาห์เวห์ **ทรงอวยพรวันสะบาโต และทรงตั้งวันนั้นไว้เป็นวันบริสุทธิ์”** อพยพ 20:8-11

พระเจ้าทรงตั้งวันสะบาโตเป็นวันที่ “ระลึกถึง” พระเจ้าผู้ “ทรงสร้างฟ้าสวรรค์และแผ่นดิน” การหยุดพักวันสะบาโตในแต่ละสัปดาห์เป็นการเชื่อมสัมพันธ์ระหว่างเรากับพระเจ้าผู้สร้าง ผู้ทรงอวยพรวันนี้และกำหนดวันนี้ไว้เฉพาะต่างหาก

เมื่อพระเยซูมาอาศัยอยู่บนโลก พระองค์ทรงใช้โอกาสทุกอย่างเพื่ออ้าวงความผูกพันที่มีต่อพระบิดา พระองค์ทรงใช้วันหยุดพักสะบาโตให้เป็นประโยชน์ด้วยการนมัสการดังที่ลูกากล่าวว่า

“แล้วพระองค์เสด็จมาถึงเมืองนาซาเร็ธที่ซึ่งพระองค์ทรงเจริญวัยขึ้น พระองค์เสด็จเข้าไปในธรรมศาลาในวันสะบาโตเช่นเคย” ลูกา 4:16

หากพระเยซูผู้ทรงเป็นพระเจ้าในสภาพมนุษย์ ทรงปรารถนาหยุดพักเฉพาะพระพักตร์พระบิดาในวันสะบาโต แน่หนอนยิ่งกว่านั้นมนุษย์จำเป็นต้องทำมากกว่านั้นอีกเท่าไร เมื่อพระเยซูทรงแยกแอกฎข้อบังคับตามกฎของยิวเกี่ยวกับวันสะบาโตออกไป (มัทธิว 12:1-12) เท่ากับพระองค์ทรงชี้ให้เห็นว่าพระเจ้าทรงกำหนดวันสะบาโตเพื่อประโยชน์ของมนุษย์

“พระองค์จึงตรัสกับพวกเขาว่า ‘วันสะบาโตนั้นทรงตั้งไว้เพื่อมนุษย์ ไม่ได้ทรงสร้างมนุษย์ไว้เพื่อวันสะบาโต เพราะฉะนั้นบุตรมนุษย์เป็นเจ้าเป็นนายเหนือวันสะบาโตด้วย’” มาระโก 2:27, 28

พระเยซูทรงให้ความสำคัญวันสะบาโต แม้กระทั่งการสิ้นพระชนม์ของพระองค์ ทรงสิ้นพระชนม์ในวันศุกร์ “วันจัดเตรียม และใกล้จะถึงวันสะบาโตแล้ว” (ลูกา 23:54) ในขณะที่พระองค์ทรงประกาศว่า “สำเร็จแล้ว” หมายถึงภารกิจในการเสด็จมายังโลกนี้ของพระองค์และการสิ้นพระชนม์แทนบรรดามนุษย์สำเร็จแล้ว (ยอห์น 19:30; 4:34; 5:30) เป็นการเฉลิมฉลองภารกิจของพระองค์ที่สำเร็จแล้ว พระเยซูจึงทรงหยุดพักในอุโมงค์ฝังศพในวันสะบาโต

พระคริสต์ทรงสร้างสรรพสิ่งสำเร็จในหกวันและทรงหยุดพักในวันที่เจ็ดอย่างไร พระองค์ก็ได้ทรงกระทำภารกิจการไถ่บาปของพระองค์โดยการสิ้นพระชนม์บนกางเขนในวันที่หกแล้วทรงหยุดพักในวันที่เจ็ดสำเร็จอย่างนั้นเหมือนกัน

พระเยซูทรงออกจากอุโมงค์ฝังศพเข้าวันอาทิตย์ เป็นพระผู้ช่วยให้รอดผู้มีชัยชนะ (ลูกา 24:1-7) ทรงขอให้เหล่าสาวกของพระองค์พักในวันสะบาโต เพื่อพบกับพระองค์หลังการฟื้นคืนพระชนม์ ในการกล่าวถึงการทำลายกรุงเยรูซาเล็มซึ่งเกิดขึ้นราวสี่สิบปีหลังการสิ้นพระชนม์ พระองค์ทรงรับสั่งว่า

“จงอธิษฐานขอให้วันที่ท่านหนีนั้นจะไม่เกิดในฤดูหนาวหรือวันสะบาโต” มัทธิว 24:20

พระผู้ช่วยให้รอดของเราทรงมีพระประสงค์ให้เหล่าสาวกและผู้ที่ยึดมั่นความเชื่อทั้งหลายมีโอกาสเรียนรู้สิ่งที่พระองค์ทรงสอนพวกเขาอย่างต่อเนื่อง (ยอห์น 15:15-16) ให้พวกเขาเรียนรู้ทั้งการหยุดพักหลังได้รับการช่วยให้รอดบาป และการหยุดพักวันสะบาโต คนเหล่านั้นไม่ได้ทำให้พระองค์ผิดหวัง หลังจากพระคริสต์สิ้นพระชนม์ สาวกทั้งหลายยังคงรักษาวันสะบาโตต่อเนื่อง (ดูลูกา 23:54-56; กิจการของอัครทูต 13:14; 16:13; 17:2; 18:1-4)

อัครสาวกยอห์นผู้เป็นที่รัก ติดต่อกับพระคริสต์ในวันสะบาโตทุกสัปดาห์ หลายปีต่อมาเขาเขียนว่า “พระวิญญาณทรงดลใจข้าพเจ้าในวันขององค์พระผู้เป็นเจ้า” (วิวรณ์ 1:10) ตามที่พระเยซูกล่าว “วันขององค์พระผู้เป็นเจ้า” คือวันสะบาโต “เพราะว่าบุตรมนุษย์เป็นเจ้านายเหนือวันสะบาโต” (มัทธิว 12:8)

ในวันสะบาโตเราเฉลิมฉลองความสำเร็จอันยิ่งใหญ่ที่สุดขององค์พระผู้เป็นเจ้าสองประการคือ การเนรมิตสร้างและการช่วยเราให้รอดจากบาป การรักษาวันสะบาโตจะดำเนินต่อไปจนถึงโลกหน้า

“เพราะสวรรค์ใหม่ และแผ่นดินโลกใหม่ ซึ่งเราจะสร้าง จะยังอยู่ต่อหน้าเราฉันใด พระเจ้าตรัสดังนี้... พระเจ้าตรัสดังนี้ ‘ทุกวันขึ้นค่ำ และทุกวันสะบาโตมนุษย์ทั้งสิ้นจะมานนมัสการต่อเรา’” อีสยาห์ 66:22, 23

4. ประโยชน์ของการหยุดพักในวันสะบาโต

มนุษย์ในปัจจุบันต่างเหยียบย่ำกันด้วยการดำเนินชีวิตอย่างเอาเป็นเอาตาย ทุกคนเริ่มอ่อนแรงภายใต้ภาวะตึงเครียด แต่ละครอบครัวเริ่มแตกแยก แต่พระเจ้าทรงเสนอทางที่ดีกว่า เพื่อให้มีวิถีชีวิตที่ดีขึ้นคือ วันสะบาโต

เราลองมาดูประโยชน์ที่เห็นอย่างชัดเจนของการหยุดพักวันสะบาโต

(1) วันสะบาโตเป็นการระลึกถึงราชอาณาจักรสร้าง การรักษาวินัยให้บริสุทธิ์ เป็นการระลึกถึงพระเจ้าของเรา ช่วงเวลาชั่วโมงบริสุทธิ์เป็นโอกาสที่เตรียมที่จะสัมผัสถึงการ หวังรักของเราในโลกที่พระเจ้าเป็นผู้เป็นเจ้าของ ท่านเดินป่าหรือ เดินลัดเลาะลำธารตามเขตกินที่งดงามตามธรรมชาติครั้งสุดท้าย เมื่อไร? วันสะบาโตคือวันที่เราใช้เวลาพร้อมกับพระองค์และได้ลิ้ม รสความมหัศจรรย์ของการสร้างที่ทรงมอบให้แก่เรา

(2) วันสะบาโตเป็นวันแห่งความยินดีในการ นมัสการและสามัคคีธรรมร่วมกับคริสตชนอื่น ๆ การ สรรเสริญพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของร่วมกันเป็นกลุ่มเป็นประโยชน์แก่ทุก คน วันสะบาโตเป็นเวลาที่เราได้รวมตัวกันเป็นพิเศษเป็นกาย เดียวกันเพื่อเติมไฟแบตเตอรี่ฝ่ายจิตวิญญาณใหม่แก่ทุกคน

(3) วันสะบาโตเป็นโอกาสในการแสดงออกถึงพระ เมตตา ท่านไม่มีเวลาไปเยี่ยมเพื่อนบ้านที่ป่วยช่วงกลาง สัปดาห์หรือไหม? เมื่อเพื่อนต้องการความเห็นอกเห็นใจจาก ท่านหลังจากสูญเสียสามี ชีวิตของเพื่อนที่โศกเศร้าและอ่อน ล้าจากการสูญเสียสามีสะกิดให้ท่านแบ่งปันความรักให้เธอ บ้างไหม? พระเยซูทรงแนะนำว่า “เพราะฉะนั้นจึงอนุญาตให้ ทำการดีได้ในวันสะบาโต” (มัทธิว 12:12) วันสะบาโตจึงถือเป็น โอกาสให้ท่านเยี่ยมเยียนเพื่อนของท่านที่ได้รับความทุกข์โศก

(4) วันสะบาโตเป็นวันที่ครอบครัวใกล้ชิดกันยิ่งขึ้น เมื่อพระคริสต์ทรงสั่งว่า “ในวันนั้น (วันสะบาโต) วันนั้น ห้าม ทำงานใดๆ” (อพยพ 20:10) พระองค์ไม่สามารถจะให้ใบสั่ง ยาที่ดีกว่านี้แก่พ่อที่ทำงานและแม่ที่เครียดจัดได้อีกแล้ว วัน สะบาโตคือป้ายตัวใหญ่ที่เขียนว่า หยุด เพื่อครอบครัว หยุด การเร่งรีบ หยุดสิ่งเร่งด่วนที่สุดที่เข้ามาครอบงำสิ่งที่สำคัญที่สุด วันสะบาโตคือวันเดียวที่เราสามารถเอาการอธิษฐานมาแทน ที่ความอ่อนล้า เอาเสียงหัวเราะแทนที่การทำงานหนัก เอา ความเงียบสงบมาแทนที่ตารางเวลาที่ยุ่งเหยิง การหยุดพักใน วันสะบาโตเป็นการจัดเวลาให้แก่ครอบครัว เข้าสนทนากับ พระคริสต์และไขเอาพลังฝ่ายจิตวิญญาณจากพระองค์

(5) วันสะบาโตเป็นเวลาที่พระเยซูเสด็จมา...ใกล้ เป็นพิเศษ ความสัมพันธ์ทุกรูปแบบต้องการเวลาที่มีคุณภาพ ความสัมพันธ์ระหว่างเรากับพระคริสต์ก็ไม่มีข้อยกเว้นเช่นกัน การสละเวลาวันทั้งวันในแต่ละสัปดาห์ให้พระคริสต์เป็นวิธียิ่ง ใหญ่ที่คอยรักษาความผูกพันของเรากับพระองค์ให้แน่นแฟ้น และมีชีวิตชีวาอยู่เสมอ วันสะบาโตทำให้เรามีโอกาสพิเศษ เพื่อศึกษาพระคัมภีร์และอธิษฐาน เพิ่มโอกาสพิเศษที่ได้อยู่กับ พระคริสต์ตามลำพังในสถานที่เงียบสงบและคอยรับฟังพระ วาจาของพระองค์

พระเยซู “ทรงอวยพรแก่วันที่เจ็ด ทรงตั้งไว้เป็นวัน บริสุทธิ์” ด้วยพระสัญญาว่าจะทรงประทับอยู่ด้วย (ปฐมกาล 2:3) ท่านสามารถเข้าใจว่าทำไมการรักษาวันเสาร์ซึ่งเป็นวัน ที่เจ็ดของสัปดาห์ที่เราถือเป็นวันสะบาโตจึงมีความสำคัญ เพราะว่าวันสะบาโตคือวันที่พระคริสต์ทรงแยกไว้ในราชอาณาจักรสร้าง เพื่อ การติดต่อสื่อสารกับเราเป็นกรณีพิเศษ

เมื่อพระเยซูทรงกำหนดวันสะบาโต ดูเหมือนว่าพระองค์ทรงมีคนรุ่นเราอยู่ใน พระทัยของพระองค์ด้วย นั่นคือวันสะบาโต เป็นสิ่งที่เราต้องการจริง ในสภาพแวดล้อม ที่เต็มไปด้วยภาวะความบีบคั้นเช่นนี้ เป็นวันที่เราได้หยุดหนึ่ง วันเพื่อการพักผ่อนอย่างแท้จริง เป็นวันที่เราได้นมัสการ พระเจ้า ได้สัมผัสกับผลงานสร้างของพระองค์ และให้ความใส่ใจ ใจกับความสัมพันธ์กับพระองค์แทนการสนใจสิ่งอื่นๆ

5. การล้มลงการพักผ่อนที่แสนสบายในสวรรค์

เราสามารถรวบรวมประโยชน์ของการเชื่อมสัมพันธ์กับ พระเยซูทุกวันและทุกสัปดาห์ด้วยคำว่า การหยุดพัก คำว่า “สะบาโต” มาจากภาษาฮีบรูแปลว่าการหยุดพัก ดังนั้นจึง ไม่น่าประหลาดใจที่พระคริสตธรรมคัมภีร์เรียกวันที่เจ็ดว่า “สะบาโตแห่งการหยุดพักสงบ” (เลวีนิติ 23:3)

“เพราะมีข้อหนึ่งกล่าวถึงวันที่เจ็ดอย่างนี้ว่า ‘ในวันนั้นที่เจ็ด นั้น พระเจ้าทรงหยุดพักการงานทั้งสิ้นของพระองค์’ ...ฉะนั้น จึงยังมีการหยุดพักสะบาโตสำหรับประชากรของ พระองค์...เพราะฉะนั้น ขอให้เราพยายามเข้าสู่การหยุดพัก นั้น” ฮีบรู 4:4-11

“การหยุดพักสะบาโต” ทำให้เรารู้เป็นนัยถึงความยินดี บริดีในการหยุดพักบนสวรรค์ตลอดนิรันดร์ที่เราได้รับทุก สัปดาห์ การหยุดพักนี้มีได้หมายถึงการไม่ทำอะไรเลย แต่ หมายถึงความรู้สึกลดอดภัย สันติสุขและความเป็นอยู่ที่ดีอัน เป็นรากฐานชีวิตที่สมบูรณ์อย่างแท้จริง เราจะรู้ซึ่งถึงการหยุด พักฝ่ายจิตวิญญาณนี้ ก็ต่อเมื่อเราเคยมีประสบการณ์มาก่อน เท่านั้น นอกจากนี้คนทั้งโลกสามารถเป็นพยานและเปิดเผย ประสบการณ์ของ “การหยุดพักหลังได้รับการช่วยให้รอด” และ “การหยุดพักวันสะบาโต” นี้ได้ “ถ้าท่านได้รับการหยุดพักของ พระเยซูทุกวันทุกสัปดาห์โดยการสนทนากับพระองค์ ท่าน จะค้นพบความยินดีที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในชีวิต”

ท่านปรารถนาจะขอบพระคุณพระเยซูสำหรับการ หยุดพักซึ่งเป็นของประทานของพระองค์หรือไม่? ท่านเคย อยากจะขอบพระคุณพระองค์สำหรับพระสัญญาแห่งการหยุด พักเพื่อช่วยให้รอดหรือไม่? อยากจะขอบพระคุณในแต่ละวันที่ พบสิ่งทำทนายในชีวิตและพระสัญญาแห่งการพักผ่อนวันสะบาโต ในแต่ละสัปดาห์ที่ยืดความสัมพันธ์ระหว่าง ท่านกับพระองค์ให้ แน่นแฟ้นขึ้นหรือไม่? หากท่านยังไม่เคย ท่านปรารถนารับการ ช่วยให้รอดบาปจากพระองค์หรือไม่? ท่านอยากจะทำอะไร พระองค์ใหม่กว่า ท่านปรารถนาจะรักษาวันสะบาโตของพระองค์ ทุกสัปดาห์? ท่านอยากจะทำอะไรหรือไม่? “ข้าแต่พระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ ข้าพระองค์ปรารถนาที่จะพบความสุขใจในวันที่พระองค์ได้ กำหนดไว้” ทำไมท่านไม่สัญญาในตอนนี้อย่างเด็ดขาด?

(ท่านอาจสงสัยว่า ใครเปลี่ยนวันสะบาโตจากวันเสาร์ วันที่เจ็ดของสัปดาห์ไปเป็นวันอาทิตย์วันแรกของสัปดาห์? การ เปลี่ยนแปลงนี้เกิดขึ้นเมื่อไร? พระเจ้าทรงอนุญาตให้เปลี่ยนใช่ ไหม? คำถามเหล่านี้มีคำตอบอยู่ในบทเรียนบทที่ 21)

เคล็ดลับแห่งการพักสงบเหมือนสวรรค์

อ่านบทเรียน พบแล้ว บทที่ 16 จากนั้นตอบคำถามในบทสอบถามนี้และส่งไปยัง

โรงเรียนพระคริสตธรรมทางไปรษณีย์วิถีแห่งชีวิต

ตู้ ปณ. 234 พระโขนง กรุงเทพฯ 10110

จงตอบคำถามต่อไปนี้ ท่านสามารถย้อนกลับไปอ่านบทเรียน **พบแล้ว** เพื่อค้นหาคำตอบที่ถูกต้อง การค้นหาคำตอบจะช่วยทำให้ท่านจดจำเนื้อหา ตัวเลขด้านซ้ายของแต่ละตอน ตรงกับตัวเลขในบทเรียน **พบแล้ว** เพื่อช่วยค้นหาคำตอบของบทที่ 16

อ่านบทเรียน **พบแล้ว** บทที่ 16 จากนั้นเติมคำตอบในช่องว่างของกระดาษคำตอบ อ่านบทเรียนแต่ละตอนตามตัวเลขด้านหน้า จากนั้นกาเครื่องหมาย X หน้าข้อความที่ท่านเห็นว่ากล่าวไว้ถูกต้อง **ที่สุด** ในแต่ละตอน

- 1, 2. ___ เราสามารถแก้ไขปัญหาความเครียดในแต่ละวันได้อย่างดีเมื่อวางใจพระเยซู
___ พระเยซูทรงแก้ไขปัญหาความเครียดโดยการวางใจพระบิดา
3. วันสะบาโตก่อตั้งขึ้นโดยพระคริสต์
___ เมื่อมีการสร้างโลก เพื่อให้เราได้พักผ่อน รับประทานและได้รับประโยชน์
___ พระเจ้าทรงตรัสและประทานพระบัญญัติสิบประการแก่ชนชาติอิสราเอลที่ภูเขาซีนาย ตามที่กล่าวไว้ในพระคัมภีร์พันธสัญญาใหม่
___ การหยุดพักในวันสะบาโตทุกสัปดาห์ทำให้มีเวลาได้อยู่ร่วมกับพระเจ้าผู้สร้าง
___ พระเยซูทรงเข้าร่วมนมัสการเป็นกิจวัตรที่ทรงปฏิบัติเป็นประจำ
___ พระเยซูทรงสอนว่าวันสะบาโตตั้งขึ้นเพื่อประโยชน์สุขของเรา
___ หลังจากการสิ้นพระชนม์ พระเยซูทรงพักอยู่ในอุโมงค์ฝังศพในวันสะบาโต
___ พระเยซูทรงมุ่งหวังว่าอัครสาวกของพระองค์จะได้รับประโยชน์ในการพักผ่อนวันสะบาโตหลังจากที่พระองค์ทรงเป็นขึ้นมาจากความตายแล้ว
___ อัครสาวกยอห์นนมัสการพระเจ้าในวันขององค์พระผู้เป็นเจ้า ตามที่พระเยซูทรงตรัสไว้ว่าเป็นวันสะบาโตวันที่เจ็ดของสัปดาห์
4. การรักษารวันสะบาโตเป็นโอกาสพิเศษ
___ ได้ใช้เวลาอยู่กับพระเยซู พระผู้สร้าง ผู้ทรงตั้งวันสะบาโต
___ ได้รับประสบการณ์ความชื่นชมยินดีในการสามัคคีธรรมและนมัสการร่วมกับพี่น้องคนอื่น ๆ
___ ได้มีเวลาเยี่ยมมิตรสหายยามต้องการความช่วยเหลือ
___ เสริมสร้างความผูกพันในครอบครัว ด้วยการใช้เวลาที่มีค่าอยู่ด้วยกันอย่างพร้อมหน้า

โรงเรียนมีความสนใจในการดำเนินชีวิตของท่าน หากท่านจะกรุณาตอบคำถามต่อไปนี้จักขอบคุณยิ่ง

1. นี่เป็นครั้งแรกที่ท่านได้ยินว่าวันเสาร์ วันที่เจ็ดของสัปดาห์ คือวันสะบาโตใช่หรือไม่? _____
2. ท่านรู้จักใครบ้างที่รักษารวันสะบาโตเป็นวันสะบาโต? _____
3. ท่านเคยไปเยี่ยมโบสถ์ที่รักษารวันสะบาโตวันที่เจ็ดบ้างหรือไม่? _____
4. ท่านเคยคิดจะรักษารวันสะบาโตและได้สัมผัสสิ่งดีงามของการรักษารวันสะบาโตหรือไม่? _____

ท่านอาจสงสัยว่าเหตุใดคริสตชนส่วนใหญ่รักษารวันอาทิตย์ ทั้งที่พระคริสตธรรมคัมภีร์สอนไว้อย่างชัดเจนว่า วันที่เจ็ดของสัปดาห์คือวันสะบาโต การถือปฏิบัตินี้เกิดขึ้นอย่างไร และเกิดขึ้นเมื่อใด? บทเรียน “พบแล้ว” บทที่ 21 จะตอบคำถามนี้