

การภาวนาที่มีประสิทธิภาพ

หลักข้อที่ 1: จงภาวนาโดยปราศจากความกังวลใจใดๆ ให้ท่านบอกทุกสิ่งที่ท่านปรารถนาแต่พระเจ้า และภาวนาด้วยการขอบพระคุณ

- พิลิปปี 4:5-7 “จงให้ความอ่อนโยนของท่านทั้งหลายปรากฏแก่คนทั้งปวง องค์พระผู้เป็นเจ้าเสด็จมาใกล้แล้ว อย่ากระวนกระวายใจถึงสิ่งใดเลย จงทูลพระเจ้าให้ทราบถึงความปรารถนาทุกอย่างของท่านโดยคำอธิษฐาน การรอนขอพร้อมด้วยการขอบพระคุณ แล้วสันติสุขของพระเจ้าซึ่งเกินสติปัญญาจะเข้าใจได้นั้น จะคุ้มครองดวงใจและความคิดของท่านไว้ในพระคริสตเยซู”
- ถ้าท่านทำตามคำสัญญาของพระเจ้าเช่นนี้ สันติสุขของพระเจ้าจะบังเกิดแก่ท่านอย่างแน่นอน

หลักข้อที่ 2 : จงดำเนินชีวิตด้วยความนอบน้อมต่อพระบัญญัติของพระเจ้า

- 1 ยอห์น 3:22 “ถ้าเราวอนขอสิ่งใด เราขอจะได้รับสิ่งนั้นจากพระองค์ เพราะเราปฏิบัติตามบทบัญญัติและกระทำสิ่งที่พระองค์พอพระทัย”
- ถ้าเราทำตามคำสัญญาของพระเจ้าเช่นนี้ เราจะได้รับทุกสิ่งที่เราวอนขอ

หลักข้อที่ 3 : จงภาวนาด้วยความเชื่อว่าจะได้รับ

- “ถ้าท่านมีความเชื่อ และไม่สงสัย ท่านจะทำได้ทุกสิ่ง...และทุกสิ่งที่ท่านจะอธิษฐานภาวนาวอนขอด้วยความเชื่อท่านก็จะได้รับ”(มัทธิว 21:21-22)
- ถ้าเราทำตามคำสัญญาของพระเจ้าเช่นนี้ เราจะได้รับทุกสิ่งที่เราวอนขอ

หลักข้อที่ 4 : จงสารภาพบาปของท่านและภาวนาให้กันและกัน

- ยากอบ 5:16 “จงสารภาพบาปแก่กัน และจงอธิษฐานให้กันเพื่อท่านจะหายจากโรค คำภาวนาของผู้ชอบธรรม(ศักดิ์สิทธิ์)มีพลังทำให้เกิดผลมากมาย”
- ถ้าเราทำตามคำสัญญาของพระเจ้าเช่นนี้ เราจะได้รับ การบำบัดรักษา

หลักข้อที่ 5 : จงภาวนาตามพระประสงค์ของพระเจ้า

- 1 ยอห์น 5:14-15 “ความมั่นใจของเราต่อพระองค์มีอยู่ว่า ถ้าเราขอสิ่งใดที่เป็นไปตามพระประสงค์ของพระองค์ พระองค์จะทรงฟังเรา และถ้าเรารู้ว่าพระองค์ทรงฟังสิ่งที่เราขอ เราย่อมรู้ว่า เรามีสิ่งที่เราขอนั้นแล้ว”
- ถ้าเราทำตามคำสัญญาของพระเจ้าเช่นนี้ คำร้องขอของเราจะเกิดผล

หลักข้อที่ 6 : จงภาวนาในพระนามของพระเยซูเจ้า

- ยอห์น 16:24 “จนถึงบัดนี้ ท่านยังไม่ได้ขอสิ่งใดในนามของเราเลย จงขอเถิด แล้วท่านจะได้รับ เพื่อความยินดีของท่านจะสมบูรณ์”
- ถ้าเราทำตามคำสัญญาของพระเจ้า ท่านจะได้รับ และจะมีความยินดี

หลักข้อที่ 7 : จงภาวนาด้วยปรีชาญาณ

- ยากอบ 1:5 “ท่านใดขาดปรีชาญาณ จงขอปรีชาญาณนั้นจากพระเจ้าเถิด พระองค์ประทานให้ทุกคนด้วยใจกว้างขวาง โดยไม่ทรงตำหนิเลย แล้วเขาจะได้รับปรีชาญาณตามที่ขอ”
- ถ้าเราทำตามคำสัญญาของพระเจ้า ท่านจะได้รับปรีชาญาณ

หลักข้อที่ 8 : จงเข้าคืนดีกับเพื่อนพี่น้องของท่าน

- มัทธิว 5:23-24 “ดังนั้นขณะที่ท่านนำเครื่องบูชาไปถวายยังพระแท่น ถ้าระลึกได้ว่าพี่น้องของท่านมีข้อบาดหมางกับท่านแล้ว จงวางเครื่องบูชาไว้หน้าพระแท่น กลับไปคืนดีกับพี่น้องเสียก่อน แล้วจึงค่อยกลับมาถวายเครื่องบูชา”
- ถ้าท่านทำตามคำสัญญาของพระเจ้า คำภาวนาของท่านจะขึ้นไปถึงพระเจ้าและของถวายของท่าน จะได้รับการยอมรับ

หลักข้อที่ 9 : จงภาวนาด้วยหัวใจที่ให้อภัย

- ถ้าท่านทำตามคำสัญญาของพระเจ้า บาปของท่านจะได้รับการอภัย

หลักข้อที่ 10 : จงภาวนาด้วยหัวใจที่สุภาพถ่อมตน

- ลูคา 18:9-14 “พระเยซูเจ้าตรัสเล่าเรื่องอุปมานี้ให้บางคนที่ภูมิใจว่าตนเป็นผู้ชอบธรรมและดูหมิ่นผู้อื่นฟังว่า “มีชายสองคนขึ้นไปอธิษฐานภาวนาในพระวิหาร คนหนึ่งเป็นฟาริสี อีกคนหนึ่งเป็นคนเก็บภาษี ชาวฟาริสียืนอธิษฐานภาวนาในใจว่า
- ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าขอขอบพระคุณพระองค์ที่ข้าพเจ้าไม่เป็นเหมือนคนอื่นที่ขโมย อยุติธรรม ล้วงประเวณี หรือเหมือนคนเก็บภาษีคนนี้
- ข้าพเจ้าจำศีลอดอาหารสัปดาห์ละสองวัน และถวายหนึ่งในสิบของรายได้ทั้งหมดของข้าพเจ้า ส่วนคนเก็บภาษียืนอยู่ห่างออกไป ไม่กล้าแม้แต่จะเงยหน้าขึ้นมองท้องฟ้า ได้แต่ข้อน-อก พูดว่า “ข้าแต่พระเจ้า โปรดทรงพระกรุณาต่อข้าพเจ้าคนบาปด้วยเถิด”
- เราขอบอกท่านทั้งหลายว่าคนเก็บภาษีกลับไปบ้าน ได้รับความชอบธรรม แต่ชาวฟาริสีไม่ได้รับ เพราะว่าผู้ใดยกตนขึ้นจะถูกกดให้ต่ำลง ผู้ใดถ่อมตนลง จะได้รับการยกย่องให้สูงขึ้น”
- ถ้าท่านทำตามคำสัญญาของพระเจ้า ท่านจะได้เป็นผู้ชอบธรรม และจะได้รับการยกให้สูงขึ้น

หลักข้อที่ 11 : จงภาวนาด้วยความเพียร

- ลูคา 11:9-10 “เราบอกท่านทั้งหลายว่า จงขอเถิดแล้วท่านจะได้รับ จงแสวงหาเถิด แล้วท่านจะพบ จงเคาะประตูเถิด แล้วเขาจะเปิดประตูรับท่าน เพราะคนที่ขอย่อมได้รับ คนที่แสวงหาย่อมพบ คนที่เคาะประตูย่อมมีผู้เปิดประตูให้”
- ถ้าท่านทำตามคำสัญญาของพระเจ้า ท่านจะได้รับ ท่านจะพบ และจะมีคนเปิดประตูให้ท่าน

อุปสรรคในการภาวนา

อุปสรรคข้อที่ 1 : วอนขอแล้วไม่ได้ตามคำขอเพราะว่าขอไม่ถูกต้อง เป็นการขอเพื่อประโยชน์ส่วนตน หรือเป็นการเห็นแก่ตัว

- ยากอบ 4:2-3 “ท่านอยากได้แต่ไม่ได้จึงฆ่ากัน ท่านอยากได้แต่ไม่สมหวัง จึงทะเลาะวิวาทและต่อสู้กัน ท่านไม่มีเพราะท่านไม่ได้วอนขอ ท่านวอนขอแต่ไม่ได้รับ เพราะท่านวอนขอไม่ถูกต้อง คือวอนขอเพื่อนำไปสนองกิเลสตัณหาของท่าน”

อุปสรรคข้อที่ 2 : ภาวนาด้วยความสงสัย

- ยากอบ 1:6-8 “เราต้องขอด้วยความเชื่อ โดยไม่สงสัย เพราะผู้ที่สงสัยนั้นเปรียบเสมือนคลื่นในทะเลที่ถูกลมพัดซัดไปมา คนเช่นนี้จะไม่ได้รับอะไรจากองค์พระผู้เป็นเจ้า เขาเป็นคนจิตใจโลเล ไม่มั่นคงในกิจการทั้งหลายของเขา”

อุปสรรคข้อที่ 3 : การยึดติดในบาป

- สดุดี 66:18 “ถ้าข้าพเจ้าได้บ่มความชั่วไว้ในใจข้าพเจ้า องค์พระผู้เป็นเจ้าคงไม่ทรงสดับ”

อุปสรรคข้อที่ 4 : การปกปิดบาปกับพระเจ้า

- สุภาพิต 28:13 “บุคคลที่ซ่อนการละเมิดของตนจะไม่จำเริญ แต่บุคคลที่สารภาพและทิ้งความชั่วเสียจะได้ความกรุณา”

สรุป

- ยอห์น 15:7 “ถ้าท่านทั้งหลายดำรงอยู่ในเรา และวาทะของเราดำรงอยู่ในท่าน ท่านอยากได้สิ่งใด ก็จงขอเถิด และท่านจะได้รับ”
- ความเจริญเติบโตในความสัมพันธ์กับพระเยซูเจ้าจะทำให้การภาวนาเกิดพลัง
- สดุดี 91:14-16 “เพราะเขาผูกพันกับเราด้วยความรัก เราจะกู้เขา เราจะป้องกันเขาไว้ เพราะเขารู้จักนามของเรา เมื่อเขาร้องทูลเรา เราจะตอบเขา เราจะอยู่กับเขาในยามลำบาก เราจะช่วยเขา ให้พ้นและให้เกียรติเขา เราจะให้เขาอิมใจด้วยชีวิตยืนยาว และสำแดงความรอดของเราแก่เขา”