

## 小组聚会程序

2019年第24周（6月9日-6月15日）

**A. 欢迎 Welcome (10分钟):** 组长带领或事先指派一位组员带领，让他有时间预备。

游戏名称：主是我的喜乐

时间：10分钟

材料：印有“主是我的喜乐”A4的纸和报纸。

内容：

大家围成一个圆圈。两、三人一组，在报纸上分别找到“主是我的喜乐”六个字，剪下来并把它们粘在一起。最先完成的一组获胜！

**B. 敬拜 Worship (15分钟):** 带领敬拜的人要控制时间、带领大家祷告。若圣灵感动组员有知识的言语，组长可以让领受的人按次序说出来。

### 叫我抬起头的神

耶和華是我的主 必不致動搖  
有耶和華的幫助 還要懼誰呢  
耶和華是我牧者 必不致缺乏  
有耶和華作我旌旗  
必全然得勝

耶和華是我四圍的盾牌  
是我的榮耀  
又是叫我抬起頭的神  
一宿雖然有哭泣  
早晨我們必歡呼  
祢是我的磐石我的幫助

### 祢愛永不變

祢流出寶血洗淨我污穢  
將我的生命贖回  
祢為了我的罪犧牲永不悔  
顯明祢極大恩惠

我深深體會祢愛的寶貴  
獻上自己永追隨  
或傷心或气馁或生離或死別  
願剛強壯胆永遠不后退  
(副歌 1)  
哦祢愛永不變從今直到永遠  
深深澆灌我心田  
或天旋或地轉經滄海歷桑田  
都不能叫我和祢愛隔絕  
(副歌 2)  
哦祢愛永不變從今直到永遠  
深深澆灌我心田  
或傷心或气馁或生離或死別  
願剛強壯胆永遠不后退  
祢流出寶血將我命贖回  
獻上自己永追隨  
或傷心或气馁或生離或死別  
願剛強壯胆永遠不后退

### 恩典之流

主聖靈  
輕輕呼喚着我的姓名  
黑暗中 祢愛牽引着我  
哦我神  
我的心單單渴慕敬拜祢  
天使圍繞 帶領我看見祢  
(副歌 1)  
十架上擔當我罪和羞愧  
忍受鞭傷交換我生命  
恩典之流恢復我得潔淨  
與我同在使我堅定  
(副歌 2)  
主的愛穿越高山直到地極  
賜下恩惠陽光在這地  
恩典之流敬畏中我站立  
慈愛怜悯淹沒我的心  
(Bridge)  
此生充滿主恩典  
因祢寶血信實完全  
我渴望見祢榮面  
述說祢奇妙榮美

**C. 话语 Word (50 分钟):** (请组长事先做好预备, 最好先看过一遍, 对内容有个概念, 再思考如何按着圣灵的感动, 引导每位组员分享。请注意, 重点不是讲道, 而是引导每个人应用神的真理)

信息主题: 主的喜乐

讲员: 邝保亮副主任牧师

讲道日期: 2019 年 6 月 2 日

世卫组织首列过劳为疾病——《联合早报》2019 年 5 月 28 日

过劳是指由于工作时间过长、劳动强度过大、心理压力过重导致精疲力竭的亚健康状态。虽然它不是一种医学疾病, 但是一种亚健康的职业现象, 它会使我们身体疲倦, 情绪难控进而失去内在的力量。在一篇《教牧事工的本质》文章里提到: 若是真的要以一个词概括教牧事工的本质, 我会选择“喜悦”。

什么是喜悦? 喜悦的意思就是极度愉快和喜乐。

然而, 我们常会在忙碌工作或辛勤的服事上忘记什么是“喜悦”。

**尼希米记 8:10**

**10 ……你们不要忧愁, 因靠耶和华而得的喜乐是你们的力量。”**

主的喜乐真的是我们的力量吗? 主的喜乐是什么意思?

**耶和华的喜乐是你的力量。**

这句话分为两个部分: 第一部分是“耶和华的喜乐”; 第二部分是“你的力量”。

“耶和华的喜乐”是什么意思?

首先是指 - 来自主的快乐。

**约翰福音 15:11**

**这些事我已经对你们说了, 是要叫我的喜乐存在你们心里, 并叫你们的喜乐可以满足。**

其次指 - 以主为喜乐。当我们在上帝面前, 敬拜他, 祷告, 读他的话语等等, 在我们里面引发的喜乐。

**诗篇 37:4 又要以耶和华为乐, 他就将你心里所求的赐给你。**

**诗篇 119:16 我要在你的律例中自乐, 我不忘记你的话。**

**诗篇 119:24 你的法度是我所喜乐的, 是我的谋士。**

**诗篇 119:35 求你叫我遵行你的命令, 因为这是我所喜乐的。**

第三是指 - 主的喜乐。

**提摩太前书 1:11 这是照着可称颂之神交托我荣耀福音说的。**

英文“blessed”是祝福的意思。中文是可称颂的。希腊文代表着“开心”。

在创世记中, 当上帝对包括我们在内的所有造物说很好时, 他取悦我们。祂是快乐的上帝。

**撒母耳记下 22:20 他又领我到宽阔之处; 他救拔我, 因他喜悦我。**

“你的力量”是什么意思？

希腊文的力量是堡垒或防御的地方；避难所。

英语里力量“Strength”指有利的因素或长处；一项优势。

拥有主的喜乐是我们的优势。这是一个改变我们生活的好属性。

**帖撒罗尼迦前书 4:13** 弟兄姊妹，关于安息的信徒，我不愿意你们一无所知，免得你们像那些没有盼望的人一样悲伤。

**雅各书 1:2** 我的弟兄姊妹，当你们遭遇各种磨炼的时候，都要认为是喜乐的事。

**腓立比书 4:4-7**

4 你们要靠主常常喜乐，我再说，你们要喜乐！5 当叫众人知道你们谦让的心。主已经近了。6 应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。7 神所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。

**喜乐：感受到或表现出极大的快乐或喜悦。**

上帝透过保罗给了我们“靠主常喜乐”的一个命令。作为基督徒，若圣灵在我们里面，我们应该有喜乐的生命，因为“喜乐”是圣灵的果子。试问自己真的喜乐吗？

什么能真正使我们的生命充满喜乐呢？

**1、时刻同在的神——你并不孤独**

**腓立比书 4:5** 当叫众人知道你们谦让的心。主已经近了。

这段经文是告诉我们主很靠近，主与我们同在。虽然上帝靠近并不意味着我们不会经历艰难或困难的时期。但因着上帝的话：“你并不孤独。”而使我们仍能找到快乐与平安。

**腓立比书 4:6-7**

6 应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。7 神所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。

**腓立比书 2:5-7**

5 你们当以基督耶稣的心为心。6 他本有神的形象，不以自己与神同等为强夺的，7 反倒虚己，取了奴仆的形象，成为人的样式；

**马太福音 1:23** “必有童女怀孕生子，人要称他的名为以马内利。”（“以马内利”翻出来就是“神与我们同在”。）

上帝的平安会通过基督耶稣保守我们的心灵和思想时，那是因为耶稣就在我们身边，上帝与我们同在。喜乐的源头是上帝，无论保罗经历何等艰难，只要上帝在他身边他就充满喜乐。

**2、关爱我们的神——你是宝贵的**

**腓立比书 4:6** 应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。

彼得前书 5:7 你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。

经文道出美妙的真理：我们有一位愿意聆听人心声的神，因祂爱你、顾念你、你是祂的至宝。

腓立比书 2:5-8

5 你们当以基督耶稣的心为心。6 他本有神的形象，不以自己与神同等为强夺的，7 反倒虚己，取了奴仆的形象，成为人的样式；8 既有人的样子，就自己卑微，存心顺服以至于死，且死在十字架上。

上帝看到人活在罪中的生命是破碎的，是会因此与神永恒的隔绝。上帝就亲自来到我们中间，并为我们舍弃自己的生命。这是位亲切的神，是个人的神，祂关爱我们。

“神本可以从天堂喊出祂的爱。不过，祂选择在地球上向我们展现。”——克雷格·葛士卓

罗马书 8:31-32

31 既是这样，还有什么说的呢？神若帮助我们，谁能敌挡我们呢？32 神既不爱惜自己的儿子，为我们众人舍了，岂不也把万物和他一同白白地赐给我们吗？

罗马书 8:35-39

35 谁能使我们与基督的爱隔绝呢？难道是患难吗？是困苦吗？是逼迫吗？是饥饿吗？是赤身露体吗？是危险吗？是刀剑吗？36 如经上所记：“我们为你的缘故终日被杀，人看我们如将宰的羊。”37 然而，靠着爱我们的主，在这一切的事上已经得胜有余了。38 因为我深信：无论是死，是生，是天使，是掌权的，是有能的，是现在的事，是将来的事，39 是高处的，是低处的，是别的受造之物，都不能叫我们与神的爱隔绝；这爱是在我们的主基督耶稣里的。

保罗深信没有什么能使我们跟神的爱隔绝，就算他在监牢里，他心里仍充满喜乐和力量。

### 3、加添能力的神——你满有能力

上帝是满有能力的主，祂会加添这能力给我们。当你有了这能力，你就可以得胜有余了。

腓立比书 4:6-7

6 应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。7 神所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。

这段经文保罗说，你可将你的祈求、祷告都告诉神，神会赐给出人意外的平安。即使我们有软弱，上帝会加添力量给我们，神透过我们行神迹且装备我们靠祂得喜乐！

以赛亚书 40:28-31

28 你岂不曾知道吗？你岂不曾听见吗？永在的神耶和华，创造地极的主，并不疲乏，也不困倦，他的智慧无法测度。29 疲乏的，他赐能力；软弱的，他加力量。30 就是少年人也要疲乏困倦，强壮的也必全然跌倒，31 但那等候耶和华的，必重新得力。他们必如鹰展翅上腾，他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。与主同行的时候，软弱的祂加力量，疲乏的祂赐能力。

腓立比书 4:4 你们要靠主常常喜乐，我再说，你们要喜乐！

腓立比书 1:3-4 3 我每逢想念你们，就感谢我的神；4 每逢为你们众人祈求的时候，常是欢欢喜喜地祈求。

“在基督之外，我软弱；在基督里，我刚强。”——倪柝声

### 撒迦利亚书 4:6

6 ……万军之耶和华说：不是倚靠势力，不是倚靠才能，乃是倚靠我的灵方能成事。

上帝会赐给你喜乐和力量。喜乐不是没有痛苦的存在，而是不能没有上帝的同在。

#### 小组讨论分享：

【请组长以下列问题带领小组讨论，在控制时间的同时也尽量让每位组员都有升有机会参与发言，分享。将分享讨论带出来的问题或困难带到分组祷告中彼此服事。】

Q1. 对你而言，什么是“耶和华的喜乐”？请分享“耶和华的喜乐”对你的生活有什么帮助。

Q2. 我们应该有喜乐的生命，因为“喜乐”是圣灵的果子。请分享当你经历生命的低谷时，你仍然有喜乐吗？

Q3. 分成 2 至 3 人一组，分享什么才能真正使你的生命充满喜乐，然后彼此祷告祝福。

#### 背诵经文：

腓立比书 4:4 你们要靠主常常喜乐，我再说，你们要喜乐！

**D. 服事 Work (15 分钟)：**服事时间是聚焦异象及服事，祷告的时候：

1. 纪念 3×3 未信主朋友。2. 为组员的需要祷告。3. 同心为教会事项祷告。

#### 1. “生命栽培”课程

课程是为帮助新信徒建立稳固的基督徒生命根基，同时预备他们亲自与主耶稣有一次改变生命的经历。课程将在以下的日期、时间和地点进行。欲知详情，请参阅教会网站的装备页面或应用程序。

课堂日期	时间/地点
LC1 - 6 月 2 日; LC2 - 6 月 16 日; LC4 - 7 月 21 日; LC5 - 8 月 4 日	星期日; 上午 11.30 - 下午 1 点; 佳伟剧院
LC3 (姐妹经历神营会) - 6 月 29, 30 日	星期六/日; 早上 8.30-傍晚 6 点; YWCA Fort Canning Lodge
LC3 (弟兄经历神营会) - 7 月 6, 7 日	星期六/日; 早上 8.30-傍晚 6 点; 教会办公室@ Chai Chee

#### 2. 幸福小组培训

我们的首批试点幸福小组取得成功，共有超过 400 位未信者每周参加 150 个小组。今年 9 月至 11 月，我们将展开新一轮的幸福小组。为此，我们将于 6 月 19 至 21 日及 7 月 13 和 14 日在触爱中心进行新一轮的培训。来自台湾福气教会的杨锡儒牧师和团队将为我们提供培训。

鼓励所有小组成员参加。下个星期日就是报名截止日期了。赶紧召集小组成员透过此链接 [fcbc.org.sg/xfxzsignup](http://fcbc.org.sg/xfxzsignup) 报名参加培训吧！

### 3. 佳伟艺术节

为了欢庆开幕两周年，佳伟剧院将于今年 7 月举办首届“佳伟艺术节”。你或许很熟悉佳伟传媒和主任牧师邝健雄的魔术表演，但有许多人未曾到佳伟剧院观赏演出或参与艺术节目。其实，佳伟剧院所呈献的演出都是其团队致力于与业内人士建立合作关系的成果。相信大家都知道，佳伟传媒的宗旨是制作内容精彩，又富有优良价值观的剧作。“佳伟艺术节”的节目包含许多工作坊和演出，适合一家大小参与及观赏。此外，7 月 6 和 7 日的周末也将举行一场免费的嘉年华会。如果你未曾到佳伟剧院观赏艺术表演，欢迎你到 [artsfest.gateway.sg](http://artsfest.gateway.sg) 网址查看更多详情。尽早购票，以享有 15% 的优惠折扣。

你也可以成为嘉年华会或其他活动的志工，为“佳伟艺术节”尽一份力。若要了解如何加入志工团队，请浏览网址 [theatre.gateway.sg/get-involved](http://theatre.gateway.sg/get-involved)。