

小组聚会程序
2024 年第 12 周 (3 月 17 日 - 3 月 23 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。

破冰话题: 新加坡室内体育馆

新加坡政府宣布计划兴建一座新的世界顶级室内体育馆, 取代目前已建成超过 30 年的新加坡室内体育馆。

它在 1989 年开始启用, 你知道新加坡室内体育馆最靠近哪个地铁站吗? 你和朋友 / 家人来这里看过演唱会吗? 还是一起与主内家人在这里祷告, 或者参加某个特会吗?

请轮流分享在新加坡室内体育馆, 一次令你难忘的美丽时光。

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。

大山为我挪开

https://www.youtube.com/watch?v=_xJkYVZ50p0

虽然道路崎岖困难险阻
但我心中知道祢一直都在
不能明白为何担此重担
但我始终相信祢一直 牵着我

大山为我挪开 大海有路出来
我要大声宣告耶稣 祢一直都在
祢手上的钉痕 彰显十架大爱
我要大声宣告耶稣 祢一直都在

祢的话让我明白
祢爱我永不更改
祢保守我的心怀
紧握祢双手 不放开

我高举双手

https://www.youtube.com/watch?v=SC2Nu_MZsGA

我摊开我的双手
想要给祢什么 却一无所有
我献上我的身体
想报答祢什么
可是却亏欠祢那么多

主祢却用祢温柔双手
抬起我的头
轻轻对我说 祢恩典够我用

我高举双手 触摸祢的手
倒空生命 只愿爱祢更多
我高举双手 愿触摸祢的手
定睛仰望 十架成我力量

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：禁食祷告的重要性
讲道日期：2024 年 3 月 10 日

讲员：傅伟龙牧师

祷告是与神的沟通和团契，包括：

1. 请求：是请求神帮助介入并改变我们周围的情况。
2. 爱慕：是我们表达对神的爱、敬拜、赞美和仰慕。
3. 忏悔：是向神倾诉我们的罪、感触、惧怕、忧虑、思想、问题以及内在的想法。
4. 感恩：是我们感谢神，感谢祂为我们做的一切以及祂即将为我们做的一切。
5. 聆听：是我们花时间等候神回应我们。

祷告是我们与所看不到的神沟通、团契。祷告的基础是神垂听并应允我们的祷告。

诗篇 65:2 你垂听祷告，世人都来到你面前。

经文告诉我们神是垂听祷告的神，所以我们必须与神沟通、团契、祷告。

约翰福音 10:26-27

²⁶只是你们不肯相信，因为你们不是我的羊。²⁷我的羊听我的声音，我也认识他们，他们也跟随我。

经文清楚地告诉我们，若我们是神的羊，就会听到祂的声音。按着这个基础，基督徒必须祷告。

禁食是一种纪律，在一段时间内不吃食物或停止进行某些喜爱的事，为要全心寻求神。禁食也是指在一段时间内不进行生活中一些重要和必要的活动。

禁食不单要节制，也要与神对齐。禁食 = 节制 + 对齐
禁食的目的就是让我们腾出时间来到神的面前祷告。

禁食的形式：

1. 绝对/超自然禁食：不吃也不喝
2. 完全禁食：只饮水、一天或更长时间
3. 部分禁食：禁吃一餐、禁吃两餐、日出至日落
4. “但以理禁食”：只吃蔬菜和饮水
5. 液体禁食：只饮用液体
6. “灵魂”禁食：停止进行或使用社交媒体、娱乐、游戏、使分心的事、喜爱的事物等

但以理书 10:1-3, 9-14

¹波斯王塞鲁士执政第三年，但以理，又名伯提沙撒，得到启示。这启示是真实的，是关于一场大争战的事。但以理通过异象明白了启示的意思。²那时，我但以理悲伤了三个星期，³期间没有吃过美味，没有尝过酒肉，没有抹过膏油。⁹接着，我听见他说话的声音，一听见他的声音，我便俯伏在地上昏睡过去。¹⁰忽然有一只手轻拍我，扶我用膝和手掌支撑起身体。¹¹他对我说：“倍受眷爱的但以理啊，要留心听我说，站起来吧，因为我是奉命到你这里来的。”他说完这话，我便战战兢兢地站起来。¹²他说：“但以理啊，不要怕，从

你在上帝面前谦卑地恳求明白这异象的第一天，你的祷告已蒙垂听。我是来答复你的。¹³ 波斯国的守护神拦阻我二十一日。由于我滞留在波斯诸王那里，天使长米迦勒便来帮助我。¹⁴ 我来是要使你明白将来你同胞的遭遇，因为这异象是关于将来的事。”

但以理书 10:7-8

⁷ 只有我但以理看见了这异象，跟我在一起的人都没有看见，但他们极其恐惧，纷纷逃匿，⁸ 只剩下我一人观看这奇异的景象。我浑身无力，脸色苍白，精疲力尽。

以上经文非常清楚地让我们看到，在我们周围所存在着肉眼无法看到的属灵势力。这段记载向我们展示了当我们禁食和祷告时，会发生两件重要的事情：

1. 将我们倒空 - 除去我们的骄傲

当禁食祷告时，本质上是我们将自己的一些东西，而不仅仅是食物或一些活动。我们正在清空自己一个巨大的障碍，那就是在神面前的骄傲。我们正在消除对自己力量、能力、方式和解决方案的依赖，转而仰望神。

但以理书 10:12 他说：“但以理啊，不要怕，从你在上帝面前谦卑地恳求明白这异象的第一天，你的祷告已蒙垂听。我是来答复你的。

但以理第一天的禁食祷告，神就听到了！

但以理书 10:11 他对我说：“倍受眷爱的但以理啊，要留心听我说，站起来吧，因为我是奉命到你这里来的。”他说完这话，我便战战兢兢地站起来。

神看重谦卑的人，祂垂听他们的祷告，并帮助他们。

彼得前书 5:5-6

⁵ 你们年轻的要顺服年长的，大家都要存谦卑的心彼此服侍。因为上帝阻挡骄傲的人，恩待谦卑的人。⁶ 所以你们要在上帝大能的手下谦卑，时候到了，祂必擢升你们。

谦卑能带来上帝的恩宠。禁食祷告显出我们在神面前谦卑的心。

2. 赐我们能力 - 释放上帝的大能

当我们禁食祷告时，神的大能就会释放在我们的生命、我们的情况里面，我们会赋能、得着能力了。

但以理书 10:13-14

¹³ 波斯国的守护神拦阻我二十一日。由于我滞留在波斯诸王那里，天使长米迦勒便来帮助我。¹⁴ 我来是要使你明白将来你同胞的遭遇，因为这异象是关于将来的事。

经文记载但以理的祷告遭到拦阻，这拦阻持续了 21 天，也就是他在神的面前禁食祷告的持续时间。但以理在地上所做的禁食和祷告，对于属灵的区域有直接的碰撞跟影响。因着但以理持续地禁食祷告，天使长米迦勒就被派去帮助天使，以便他能够成功地传递信息。

以弗所书 6:11-13

¹¹ 要穿戴上帝所赐的全副军装，以便能够抵挡魔鬼的阴谋。¹² 因为我们争战的对象不是这世上的血肉之躯，而是在这黑暗世界执政的、掌权的、管辖的和天上属灵的邪恶势力。¹³ 因此，你们要用上帝所赐的全副军装装备自己，好在邪恶的时代抵挡仇敌，到争战结束后依旧昂首挺立。

圣经教导我们，我们争战的对象不是这世上的血肉之躯，而是在这黑暗世界执政的、掌权的、管辖的和天上属灵的邪恶势力。我们自己的力量无法对抗这属灵的战斗，需要通过祷告和禁食，要穿上上帝的军装，才能够昂首挺立。

以弗所书 2:1-3

¹ 你们从前死在过犯和罪恶之中。² 那时，你们随从今世的风俗，顺服在空中掌权的魔鬼，就是如今在一切叛逆上帝之人心中运行的邪灵。³ 我们以前也在他们当中随从罪恶的本性，放纵肉体 and 心中的私欲，与其他人一样本是惹上帝发怒的人。

经文告诉我们，在我们未信主的家人朋友的心里面，是有邪灵在运行的。让我们通过禁食和祷告，以谦卑的态度来打这场属灵的战斗，就会看到神的大能降临并击败邪恶的属灵势力。

禁食有助于表达、加深和确认我们的决心；准备好牺牲任何事物，甚至是自己，为要得着我们为神国所寻求的。——慕安得烈

禁食是一种身体上的顺服，必带来神同在和大能的属灵释放。

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. 你是否有禁食祷告的经历？在禁食祷告期间是否有面对什么挑战？请分享你的经历。
- Q2. 每天占据你大部分时间的事情是什么？你每天必吃的美食是什么？你是否愿意放下占据你大部分时间的事，放弃吃美食，用这时间来禁食祷告呢？请分享。
- Q3. 教会为配合即将到来的复活节，已经开始了为期 21 天的禁食祷告。你计划要如何禁食和祷告呢？轮流分享后，组长带领大家一起祷告。

背诵经文：

彼得前书 5:5-6

⁵ 你们年轻的要顺服年长的，大家都要存谦卑的心彼此服侍。因为上帝阻挡骄傲的人，恩待谦卑的人。⁶ 所以你们要在上帝大能的手下谦卑，时候到了，祂必擢升你们。

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. 经历神营会

弟兄或姐妹都可以参加，经历神营会将于以下日期、时间与地点进行：

环节	日期	开放登记	时间	地点
第一天	2024 年 4 月 13 日	下午 1.30	下午 2.00 - 傍晚 9.00	FCBC 新达城，3 楼
第二天	2024 年 4 月 14 日	早上 9.30	上午 10.00 - 傍晚 6.30	
第三天	2024 年 4 月 20 日	下午 1.30	下午 2.00 - 傍晚 7.00	

报名链接：fcbc.org.sg/lifeclassregistration

报名截止日期：报名将在额满后或 2024 年 4 月 8 日截止，以较早者为准。

费用：\$5

2. 21 天禁食祷告

为配合即将到来的复活节，我们已经开始了为期 21 天的禁食祷告。禁食祷告从 3 月 11 日直到 3 月 31 日星期天结束。我们准备了英语和汉语的灵修材料，已放在教会网站。请到这个网址：<https://www.fcbc.org.sg/zh/21dop2024> 下载。在这段期间，线上祷告会将于每周举行两次，分别在星期三和星期四。让我们以一个坚信大家庭齐心祷告。线上祷告会将在坚信浸信教会的 YouTube 频道上直播，并于晚上 8.00 开始。你可以上我们的教会网站查看祷告会时间表。让我们透过这个季节取得灵命的成长！

3. 佳伟艺术呈献 SmartyPants and the Swordfish

佳伟艺术与新加坡特殊才艺协会联合呈献名为《SmartyPants and the Swordfish》的戏剧。这是一部具有包容性的互动剧目，让年轻的观众探索人与人之间的权力关系，并学习如何防止霸凌行为。这是一部英语戏剧。内容是有关红山的一则传奇故事。观众将坐在舞台上与戏剧的演员进行互动，感觉就像置身于故事当中。故事围绕着霸凌的课题。演员们会在演出结束后与观众进行对话，了解当遇到霸凌的情况时该如何应对、如何避免，以及如何寻求帮助。这部戏剧是由主流演员和残疾艺术家共同参演，适合小学至中学低年级的学生观赏。戏剧将于 3 月 20 至 24 日在佳伟剧院上演。FCBC 会友可享有 20% 的票价折扣优惠。请扫到这个网址：<https://bit.ly/SmartyPantsSDGA> 购票。

4. 坚信浸信教会 3 月份的活动

请浏览教会的网站 (fcbc.org.sg/zh)，查看各项活动的详情。