

2022 年錦江紀禮拜堂主題工程



# 敬虔的操練：主禱文

主教導我們如何禱告

姓名：\_\_\_\_\_

小組：\_\_\_\_\_

# 目錄

第一講	禱告在暗中的父	2-4 頁
第二講	所需用的父早已知道	5-6 頁
第三講	似遠還近的願望	7-8 頁
第四講	民以食為天	9-11 頁
第五講	免我們的債	12-13 頁
第六講	不叫我們遇見試探	14-15 頁

# 禱告在暗中的父

日期：19-20/02/2022

經文：馬太福音 6 章 5-6 節

## A. 破冰時段 WELCOME (15 分鐘)

分享：如果你找人「傾心事」，會選擇甚麼方式 / 場合呢？

A. 電話 B. 餐廳 C. 公園 D. 其他

## B. 同心敬拜 WORSHIP (10 分鐘)

### 尋求神的臉

1. 「若我的子民，謙卑禱告，尋覓著我臉，承認他的過犯，立志遠離邪行，我便打開天門，從天上垂聽著禱告，赦免罪孽，傾出恩典，醫好這地的傷處。」
2. 「若我的子民，謙卑禱告，尋覓著我臉，承認他的過犯，立志遠離邪行，我便打開天門，從天上垂聽著禱告，赦免罪孽，傾出恩典，醫好這地的傷處。」

副歌：讓我們尋求父的臉，  
我眾罪孽盼主潔淨，  
願聖靈從頭復興我（復興每一個），  
化軟弱成壯健，  
憂傷得醫治，願這裡彰顯主的國。

版權屬沙田浸信會彌賽亞音樂中心所有

<https://youtu.be/DMQlkxnMmaE>

Welcome

帶組指引

目的：透過分享，互相了解，最後組長亦可以簡單總結：傾心事原來與神禱告都很相似，可以是十分個人，有時，都不適合太過公開的場合大聲宣揚，除非別有用心。  
(動機，就是今次主題工程一的重點)

Worship

帶組指引

- I. 唱一次 ( 或者跟蹤 YouTube 音樂 );
- II. 然後同心祈禱：  
願主引領我們，時刻學習謙卑禱告的功課，並遵行旨意，行在你的路上。願主垂聽我們的禱告，奉主名禱告，阿門；

## C. 彼此建立 WORD (45 分鐘)

信息大綱：

### I. 不可像那...的人 (5 節)

禱告內容重要，但禱告的動機更是重中之重。假若禱告是為了個人榮辱，純粹展現個人敬虔的外表，禱告內容再精彩也失去意義。

### II. 隱秘的地方、隱秘的父 (6 節)

「內室」禱告，是耶穌教導的禱告操練，讓我們保持純正的心禱告。

總結：禱告形式是多變，但禱告心態是一致。

分享題目：

1. 一星期祈禱的次數是？你覺得這些祈禱的質數好嗎？
2. 請每組員列舉出祈禱時，應該有 / 不應該有的動機。
3. 教會崇拜中也有主領及教牧同工，在台上作公開的禱告，但耶穌的教導我們不應在公開地方禱告，你認為這兩者之間有衝突嗎？為甚麼？
4. 我們如何安排「內室」，使我們祈禱時專注於神？

## Word 帶組指引

### 討論問題 1；

禱告的多寡，不一定反映個人屬靈的狀況；禱告的質數，才是更重要的指標。

### 討論問題 2；

以下可作參與：

祈禱應有的心態	祈禱不應有的心態
謙卑	驕傲
坦誠	假冒為善
敬虔	向人炫耀敬虔
安靜 / 專注	不認真

### 討論問題 3；

耶穌抨擊的，不是公開禱告的行為，而是信徒的心態，所以經文：愛站在會堂裏和十字路口禱告，「愛」字成為關鍵。當然，公眾的場合禱告是會衍生出誘惑，所以我們禱告時，必須時刻擁有自我省察的心，避免為了得到人的稱讚及羨慕的動機而公開祈禱。

### 討論問題 4；

## D. 異象分享 WORK (15 分鐘)

### Work 帶組指引

訂立目標，例如一星期 3 次禱告等等，並在下次開組時簡單匯報。

建立一個「內室」禱告的習慣。

# 所需用的父早已知道

日期：26-27/02/2022

經文：馬太福音 6 章 7-8 節

## A. 破冰時段 WELCOME (15 分鐘)

超優質的生命品格~凡事包容

目標：彼此分享

流程：

1. 三人一組，彼此分享生命中的難題。
  - a. 生命中無法原諒的事
  - b. 生命中放不下的事情
2. 這些事有否對你造成什麼樣的影響呢？  
讓小組為你禱告！

## B. 同心敬拜 WORSHIP (10 分鐘)

信心的等待

明天怎麼 你還是不知道 越想得到的總會得不到  
人生就像一片雲霧 出現少時就不見到  
何必計較那得失 終老

在這幽谷之中我宣告 不必怕因有祢同在  
別人笑我為甚麼等待 因我知道 盼望因祢而來

耶穌捉緊我雙手 有祢的恩典我便足夠  
讓我可清心見祢面 使我必得見光

耶穌捉緊我雙手 仰望那財寶在天上  
愛慕神的 抱著平安 感謝祢為我所編寫的一切

版權屬 基恩敬拜音樂事工 所有

<https://youtu.be/0mn6wvX1l18>

Welcome

帶組指引

目的：能開口分享自己的生命，就給人機會認識你，更讓人有機會能幫助你。我們的父神也期待著你能開口向祂分享你的生命。

Worship

帶組指引

跟 YOUTUBE 唱一次。再用感恩的心唱一次。感謝主在人生的四季裡都看顧保守我們。感謝主為我們的需要，一早已預備妥當。

## C.彼此建立 WORD (45 分鐘)

信息大綱：

引言：耶穌說：「你們禱告」是那麼的自然，像是向當時的門徒訴說一件平日常常做的功課。讓我們明白**禱告**就是門徒的標誌。

A. 禱告的兩個避免：

1. 重複的話
2. 許多的話

B. 禱告讓我們認清人的本相：

1. 受造物的身份
2. 回應神的邀請

總結：禱告不是我們向神索取所需的方法，乃是我們向主開放、降服、感恩、被觸動的時刻。這樣的禱告，才能帶來屬靈深度的更新。

分享題目：

1. 為甚麼我們需要用說話來禱告？不說話，你能禱告嗎？
2. 為甚麼耶穌教導我們，禱告不用話多？

### Word 帶組指引

分享題目：不說話禱告，似乎是很難的事。因要表達內心感受，都是透過言語來表達。但要實踐耶穌的教導，不用重複許多的話，甚至不容許個人的關心和需要放在禱文內，我們可以嘗試用經文來代替我們的話，向神表達心意。

## D.異象分享 WORK (15 分鐘)

不說話的禱告實踐

1. 找一處安靜不被騷擾的地方，調節自己的呼吸，反覆誦讀：「上帝啊，求你鑒察我，知道我的心思；試煉我，知道我的意念，看在我裏面有甚麼惡行沒有，引導我走永生的道路。」詩 139:23-24
2. 慢慢地誦讀，讓自己的思想集中在經文內容上，讓經文幫助你向主禱告。
3. 倘若發覺有雜念闖入，可以稍作停頓，然後繼續。
4. 最後，以主禱文結束。

### Work 帶組指引

讓組員分開作個人禱告操練 10 分鐘。最後邀請 1-2 位分享感受，若有需要就為他代禱。

# 似遠還近的願望

日期：5 - 6/3/2022

經文：馬太福音六章 9-10 節

## A. 破冰時段 WELCOME(15 分鐘)

遊戲：〈即興說故事〉

組長先定一個字作為創作故事的主題，例如「神」字，然後每位組員輪留以「神」字的同音字創作故事，看看大家創作出一個甚麼樣的故事來。

以下是以「神」字創作故事的範例：

組員 A：「某天早『晨』，小明和爸爸上街去」

組員 B：「跟著，他們兩父子走進屈『臣』氏買早餐吃」

組員 C：「他們最終選取了兩包餅乾，並在吃前向『神』祈了個謝飯禱」

\*建議組長以「父」、「主」等作別的主題。

## B. 同心敬拜 WORSHIP(10 分鐘)

詩歌《願你國度降臨》

永久不變萬千世代 仍然無更改

神國度到永久 遠超過在這世

上無論何權柄 神寶座在至高處

縱使黑暗遮蔽你面 但你寶座終不改變

榮耀定再彰顯於世界

願你國度降臨 願你國度降臨

願你的旨意行在我們當中 直到永久

願你國度降臨 願你國度降臨

願你的旨意行在我們當中 直到永永遠遠

版權歸於 Golden Dynamic 所有

參 <https://www.youtube.com/watch?v=7j2QXDjkD5k>

### WELCOME 帶組指引

這是一個熱身活動，讓組員能發揮創意，並從輕鬆的氣氛中開始小組聚會。

### WORSHIP 帶組指引

1. 先聽一次，細味歌詞內容。
2. 配合本週講道內容，讓組員察覺和感受到上帝的同在。
3. 邀請組員再唱一次。



## C. 彼此建立 WORD(45 分鐘)

信息大綱：

- 引言：「我們」的「主」禱文
- 內容：
  1. 似遠還近的願望
  2. 「聖」的實踐
  3. 「國」的實現
- 總結：向父祈求，對己提醒

討論問題：

1. 在教會的崇拜禮儀以外，您會在甚麼時候和怎麼樣的情況下以主禱文禱告？
2. 禱告時，您慣常用上主/上帝/天父/神抑或別的稱謂去稱呼上帝呢？為甚麼您多會以此稱呼上帝？
3. 聽畢今天的講道內容，您自問與主禱文中所提到的三個願望脫節嗎？試想想，您要在生活中作出怎樣的調節，才能符合主禱文的教導？

### WORD 帶組指引

- 第 1 條問題：讓組員思想主禱文對自己的意義。
- 第 2 條問題：讓組員檢示自己與上帝的關係。
- 第 3 條問題：讓組員能落實踐行主禱文中的教導。

## D. 異象分享 WORK(15 分鐘)

1. 每天以主禱文禱告，細味主耶穌的教導。

### WORK 帶組指引

以上述行動回應今天所領受的道。

2. 就著問題 3 的分享，以行動實踐主禱文的教導。

# 民以食為天

日期：12-13/3/2022

經文：馬太福音 6 章 11 節

## A. 破冰時段 WELCOME(15 分鐘)

慷慨祝福必蒙福材料：

紙條、筆

遊戲玩法：

每人寫出 5 張自己最希望得到的祝福字條。  
輪流與每個人猜拳 ( 剪刀石頭布 )，輸的人  
送出手上符合對方的字條，把字條貼在對方  
身上，然後祝福對方。

最後贏得最多的人向輸的最多的人獻上祝福。

### WELCOME

#### 帶組指引

這是一個熱身活動，讓組員先從輕鬆的氣氛中進行小組，並提醒我們要向他人分享愛、把我們從神而來的祝福分給他人。

## B. 同心敬拜 WORSHIP(10 分鐘)

### 《分享主愛》

讓我們分享主恩愛

讓主愛充滿生命

願主愛滲透眾教會

使我們心靈復興

求主更新心靈意念

使我們真切相愛

讓我們分享主恩愛

誠實相愛。

(詩集：恩頌聖歌·261, 參考<https://youtu.be/mF5b6fWZV9Y>)

### WORSHIP 帶組指引

1. 先唱兩次
2. 邀請各人為到自己、社會上或身邊有需要的人禱告。
3. 再唱兩次

## C. 彼此建立WORD(45 分鐘)

信息大綱：

引言：

古人曾說「王以民為天，民以食為天，能知天之天者，斯可矣。」意思是說，作為一國之君，必須重視及了解他百姓的需要，百姓的首要問題是糧食問題，能把百姓第一的需要作為君主的第一需要，是知天命者，即是作王的先要條件了。由此可見、古今以來食是人最基本的需要，可是基督耶穌所教導的主禱文，並不只是為了個人生活/物質上的需要，而向神所發出的祈求，亦是對我們每個信徒，天天遵行神所賜使命的提醒。

### WORD 帶組指引

問題 1：互相分享從組員的分享及選擇中，了解組員的屬靈生命。

問題 2：讓我們明白禱告並不只是為自己的需要，或與神建立關係，也要不忘我們基督子民的身份及使命。

問題 3：鼓勵組員以行動去社會/身邊有需要的人。

一) 從所需要的食物中認識神 (嗎哪、五餅二魚)

二) 耶穌基督道成肉身，成了生命的糧

結論：

耶穌愛世人、成為了眾人生命的糧，這句經文不是個人化、也不是基督徒獨享的應許，讓我們每次頌讀主禱文時，也要記念地上/身邊受飢餓、被罪惡所捆綁、常處恐懼的人。然後再問，我們可以怎樣參與在神對這些人禱告的回應呢？

討論問題：

1. 你日常的禱告中，內容多數是讚美、祈求還是感恩？
2. 當我們頌讀主禱文/祈禱時，如何避免只著重個人需要/省察，甚或與神建立關係，而忽略身邊的人/社會的需要呢？
3. 你身邊有認識貧窮或飢餓的人嗎？他們的生活狀況如何？你認為他們有什麼需要？

## D.異象分享WORK(15 分鐘)

請組員分享一個關心他人/社會的行動，並在未來一週實踐，於下週小組內分享行動後的體驗。

### WORK 帶組指引

以上述行動回應今天所領受的道。

# 免我們的債

日期：19-20/03/2022

經文：馬太福音 6:12

## A. 破冰時段 WELCOME (15 分鐘)

遊戲：《冒犯與饒恕》

道具：撲克牌、題目紙

玩法：

1. 組長預備撲克牌，蓋在桌上
2. 每人選一張撲克牌且翻開
3. 組長按照所翻的撲克牌給與分享的題目

- - - - - 題目 - - - - -

黑桃：想到「饒恕」，你的感覺是？

愛心：想到道歉被拒絕，你的感覺是？

梅花：有人得罪了你，卻渾然不知，你會？

方塊：你有得罪過他人嗎，你當時的感覺是？

## B. 同心敬拜 WORSHIP (10 分鐘)

### 在祢手中

我願意將我全心交在你手中，

毫無保留，毫無保留。

我願意將我全心交在你手中，

毫無保留，毫無保留。

生命中一切全是你所賜給我，

賞賜在你，收取在於你，

### Welcome 帶組指引

這是一個熱身遊戲及引入主題的分享時間。

### Worship 帶組指引

這是一首默想類別的詩歌。

我們可以以這一首詩歌來敬拜，再唱這一首詩歌。

也許曾渴望擁有，但你要我慢慢學習，  
放手，在每一分鐘，  
現在我已經不同，生命屬你不屬於我，甘願成為你手中美好的工作。

版權歸於約書亞樂團所有

參考 [https://youtu.be/zQzcRTHz\\_IY](https://youtu.be/zQzcRTHz_IY)

## C. 彼此建立 WORD (45 分鐘)

引言：

我們都是負債纍纍的人！

上帝免了我們的債

以憐憫取代「理所當然」

總結

討論問題：

1. 試想一想一個被主或被人饒恕的經驗，當中你有什麼感受？
2. 承上題，你試想像對方是如何做到饒恕的呢？其實這是很難的功課，而主禱文又給你什麼的提醒或亮光呢？
3. 行動：試想想生命中一個要饒恕的人（他人/自己/甚至普世向度的也行，可以不用分享他的名字），有什麼地方需要主幫助你克服不饒恕的困難或需要主加你力量去跨過的關口？

## D. 異象分享 WORK (15 分鐘)

1. 行動：在禱告中告於主一個你願意饒恕的人，並為他禱告。也同時為自己禱告，堅固自己的心。
2. 參閱本週週刊的內容，為世界、香港及教會禱告。

### Word 帶組指引

第一條問題：切身處地感受被饒恕。

第二條問題：思考可以做到饒恕的原因。

第三條問題：思考經文的教導對自己的提醒。

### Work 帶組指引

1. 以行動來回應今日的教導。
2. 向組員分享教會的發展，及把教會的異象傳遞。並放開世界及香港社會所發生的事。並為當中所發生的事及需要禱告。

# 不叫我們遇見試探

日期：26-27/3/2022

經文：馬太福音 6:13 上

## A. 破冰時段 WELCOME (10 分鐘)

—圍圈每人以舉手或起立，順時針輪流背一句主禱文，重覆 3 次。

### WELCOME 帶組指引

指引：每人只可輪流背一句，不可一次過背完，同時加埋舉手或站立，看看大家反應如何。

## B. 同心敬拜 WORSHIP (15 分鐘)

### 陶造我生命

神願你來陶造我，使我在靈裡果子更多。

奇妙聖靈，請將心窩潔淨，剔出污穢願能成聖。

恩主我求能像你，心內柔和與謙卑。

憑熱愛熱誠感染萬千生命，彰顯美善靈性。

版權屬 歌曲版權為音樂 2000 有限公司所有所有

參考 <https://youtu.be/-rf649eLLfo>

### WORSHIP 帶組指引

指引：請大家站立一齊唱這首歌，唱第 3 次。

禱告：感謝主在我們當中，祢知道我們的需要，好多時我們陷入罪中亦不為意！感謝主！祢常保護我們，拖帶我們救脫離兇惡，求主教導我們以謙卑順服的生活來跟從祢，奉主耶穌的聖名禱告，阿門。

## C.彼此建立 WORD (45 分鐘)

信息大綱：

### 1. 試探：層出不窮...

我們要 細察和主動 拒絕它們

### 2. 兇惡：日日變身...

我們要 謙卑依靠主 才能勝過

總結："試探" 是我們避不了的生活之一，讓我們一齊依靠主將 "它" 成為我們生命/屬靈的操練，建立和提升我們的意志和品格。靠着主遠離那惡者。

討論問題：

1. 請組員分享對試探有何體會？
2. 透過這些經驗，你能明白人的本質是甚麼嗎？
3. 今天教導我們，落在試探的時候，我們可以怎樣勝過？

### WORD 帶組指引

1. 組長預先告知組員分享時，其他人只可聆聽，不可從中加入任何意見和睇法。鼓勵每人都開聲分享 2 分鐘。
2. 人的本質：脆弱但又喜歡自以為是...
3. 承認自己的軟弱無能，謙卑依靠主才可面對勝過。

## D.異象分享 WORK (15 分鐘)

彼此守望

1. 2-3 人一組：大家站立，每人輪流開聲 "心到口到" 背一次主禱文作為禱告，其他人心中跟隨着帶領者祈禱。
2. 這週大家每晚祈禱後開聲 "心到口到" 以主禱文作結束祈禱。