

# 腓立比書(一)：「風雨處，見花開」

日期：2026年7月4及5日

經文：腓立比書 1:12-26

## A.時段 WELCOME (15 分鐘)

【放低箭靶】

**準備物資**：每人一張 A4 紙揉成 5 個紙球，當作「箭」；每組一本厚重書本當「箭靶」

玩法：

1. 兩人一組，面對面站立，距離約兩米。
2. **第一回合**（強撐接箭）：其中一人手持「箭靶」（厚重書本），另一人將 5 個「紙球暗箭」接連投向對方。手持箭靶的人必須「**伸直雙手**」拿著靶擋住所有紙球。
3. **第二回合**（化作空氣）：手持箭靶的人將靶放下。投紙球的人繼續投，但這次被投的人不准用手抵擋，只能輕輕閃避，或者任由紙球穿過身邊掉落地上。
4. 完成兩個回合後對掉角色，剛才手持「箭靶」的，現在負責扔紙球。
5. 遊戲結束後，可分享剛才感受，可以問 1. 「第一回合時攞住個靶擋劫唔劫？」； 2. 「第二回合當你放低箭靶，任由紙球飛過去的時候，你身體感覺有什麼不同？」。

## B.同心敬拜 WORSHIP (10 分鐘)

《投靠》

投靠 你翅膀蔭下 在你光中不必驚怕  
唯獨敬畏你的方可得依靠 別再自義 來轉向你

洪水即將氾濫之時 是我主坐著為王  
願天歡喜 願地上快樂  
如鷹展翅上騰 等候我主的 必不羞愧  
是你甘霖雨露 滋潤一切。

版權屬 玻璃海樂團 所有

<https://www.youtube.com/watch?v=-1SDu-a2ENo>



### Welcome 帶組指引

目的：這是一個熱身活動，讓組員在輕鬆氣氛下開始小組聚會。

另外，透過身體的實際體驗，感受盲目防衛（咬牙強撐）的疲累，以及放下防衛（化作空氣）的輕鬆，直接導向講章的核心信息。

（不過，可能會有組員覺得有「箭靶」會有安全感。不要緊，容讓自由分享。）

### Worship 帶組指引

跟 YOUTUBE 唱一次。藉詩歌讚美上主。並求主用幫助我們，在洪水氾濫之時，讓主坐著為王。

## C.彼此建立 WORD (45 分鐘)

信息大綱：

- 一、**環境的暴風雨** 看見「**恩典承托**」的花開 (v.12-14)：保羅身陷羅馬監獄，失去了人身自由，看似什麼都不能作。上帝卻讓監獄變成宣教中心（使御營全軍聽聞福音），也激發了教會群體的傳道勇氣。
- 二、**人情的暴風雨**看見「**融化自我**」的花開 (v.15-18)：羅馬同工出於嫉妒落井下石，企圖加增保羅在捆鎖中的痛苦。保羅卻豁達地說了一句：「這又何妨呢？」因為他看重基督被傳開，遠超過個人面子。
- 三、**生死的暴風雨** 看見「**基督活著**」的花開 (v.20-26)：面對生死審判，保羅處於兩難：死是得着（與主同在），生是要緊（造就生命）。然而，他從「活著就是基督」來展現了 Being（存在）勝於 Doing（作為）的生命焦點，以至無論生死都無法剝奪保羅的平安。

總結：保羅之所以在困境中充滿喜樂，是因為他抱持關注天國價值的「人人幸福」，而非一味追求個人順遂的「個人幸福」，以至他能全然將一切交託給主。

分享題目：

1. 檢視你目前的生活（工作、家庭照顧、健康或經濟壓力），你正身處於一場怎樣的「人生暴風雨」之中？面對這場風雨，你最近的心境更像講道中提到的「拼命掙扎的泳客」，還是國王所選的「安詳孵蛋的小鳥」這畫作？
2. 思想你在職場、家庭或人際關係中的處境。你目前有沒有遭受一些讓你深受內傷的「暗箭」（如酸言酸語、刻薄評價或排擠）？講道中「放下箭靶化作空氣」的例子，對你面對這段受傷的關係有何啟發？
3. 思想保羅在困境中，選擇關注天國價值而非個人順遂。在未來的一星期，你最需要在生命中的哪個具體部分學習「放手」，將主權交還給上帝？

## D.異象分享 WORK (15 分鐘)

1. 就第3題分享，為組員能「放手」，將主權交還給上帝，去靜觀祂的恩典開花而禱告。
2. 參閱本週週刊的內容，並為世界、香港及教會禱告。

### Word 帶組指引

分享題目：  
當組員分享「人生暴風雨」時（特別是長期照顧者或身患重病的組員），內心可能會感到非常沉重。組長**切忌過快給予「屬靈標準答案**」（例如：你要多追求喜樂、要像保羅一樣剛強）。請先肯定並接納他們的疲累與眼淚，然後用「游泳浮水」的畫面鼓勵他們：上帝今天不是要我們變得神勇，祂容許我們軟弱，祂只想我們放手，讓祂親自托住。

### Work 帶組指引

與弟兄姊妹彼此守望。並為世界所發生的事及需要禱告。