

### 第一時段：Welcome 歡迎你來 (15 分鐘)

設計互動性遊戲，聖經遊戲，觀看視頻等，目的是讓大家可以打破沉悶的氣氛，有一個愉快的心情開始。

### 第二時段：Worship 敬拜讚美 (20 分鐘)

以事先預備好的詩歌，帶領大家來到主的寶座前敬拜祂、求聖靈在小組運行，帶領小組的每一個人和聚會。

在敬拜的同時，小組長可以帶領大家同聲開口為教會的事項禱告。

(組員個人的需要請在第四個時段分享和禱告)

1. 為小組聚會禱告
2. 為教會服事禱告
3. 為教會所支持的宣教機構和宣教士禱告
4. ..... (可以追加所需要內容)

敬拜前後，介紹新朋友 (控制時間，確保每一個人發言)

經文： (腓立比書 4:4)

你們要靠主常常喜樂；我再說，你們要喜樂。

### 第三時段：Word 話語分享 (45 分鐘)

喜樂是聖靈果子的品質之一，它不僅是信徒心靈中的滿足，也是信徒外在生命中積極樂觀生活態度的顯現，是吸引世人來歸向主的美好品質：

#### 一. 喜樂 (Joy) 和快樂 (Happiness) 的區別 (參考羅馬書 14:17 ; 15:13)

虽然在外在的表现上相似，显出对现状的满足，但快乐是基于对自己属世生活上所得的富足 - 金钱、吃喝、玩乐、地位、名声等等，因为满足了自己的欲望而产生的肉体愉悦感。快乐是不稳固長久的，一旦環境出現了危機或苦難，並且隨著人肉體的病痛和死亡，快樂就會消失。然而喜樂卻是從神而來的，藉著聖靈的內住永不離開。即使外在環境中出現患難時，因著相信神的計劃和拯救，信徒的心和外在的生命仍然可以是喜樂的，這喜樂的心也要成為醫治信徒身心靈的良藥，永不消亡，持守到永生。

#### 問題討論一：

1. 舉例：在你的生活當中，有什麼事讓你快樂？什麼事讓你喜樂？

- 在你的生活中，如何用喜樂面對困難？

## **二. 喜樂是信徒的標誌** (參考彼得前書 1:8, 詩篇 16:11)

因著主耶穌基督在十字架上的拯救，今天信徒可以因信稱義，白白得著祂所賜的永生的救恩。既然美好的永生結局已定，信徒在行走天路過程當中所經歷的各樣順境逆境，不過是沿途所見的風景，是主為著鍛鍊信徒信心成長而為每個人量身定制的；主也並非讓我們憑己力苦苦掙扎，而是應許與我們天天同在，祂的引領、保護和扶持必確保我們走完全程。只要相信這一切，我們就不必憂愁懼怕，而是因信，就有祂的喜樂充滿在我們心裡。喜樂是由內到外彰顯基督豐盛生命的標誌。

### **問題討論二：**

- 你怎麼看「憂愁的基督徒」的稱號？
- 在你的生命當中，有什麼是你特別憂愁懼怕的？（小組長/同工即時為之禱告）

## **三. 如何靠主常常喜樂** (參考耶利米書 15:16, 約翰福音 16:24, 腓立比書

1:25, 約翰福音 15:11)

喜樂既然是從神而來的，在信徒的生命當中，就當憑信心操練時時從主支取喜樂：

- 要天天在學習、思想、遵行神的話語當中得著寶貴和甘甜，以此為樂；
- 要不住地求告主，向主主要喜樂。主不但會賜給我們喜樂，還會讓喜樂在我們的心裡達到滿足的地步；
- 要在教會神的家中與弟兄姊妹彼此相愛，互相配搭，一起服事神時，神的國度就會不斷擴展，眾人就會一起得著靈魂撒種收割豐收的喜樂。

### **問題討論三：**

- 你可以在哪些方面多操練以得著喜樂？
- 你可以如何向世人展現喜樂？

### **回應：**

從討論中，思想如何在生活中應用神的話，可以簡短分享個人見證  
**(注意控制時間，讓每一個組員都可以發表自己的感受，不做任何評判性的討論)**

### **第四時段：Work 禱告服事 (10 分鐘) :**

為彼此的需要禱告，並且彼此感謝分享的內容