

【小组聚会材料】

生活查经 - 生气却不要犯罪

2024年九月 21、22 日

第一时段：欢迎你来 (15 分钟)

以简单、轻松、活泼的游戏，带领组员热烈参与，使大家的心思意念，离开繁忙、疲惫，并预备心来归向神。

第二时段：敬拜赞美 (20 分钟) (建议其中一首诗歌：主是我力量)

以事先预备好的诗歌，带领大家来到主的宝座前敬拜祂、瞻仰神的荣面、带下神的荣耀同在。在敬拜里，小组长带领大家同声开口为下列事项祷告。(组员个人的需要请在第四个时段分享祷告。)

1. 宣教单位：认领的单位是_____他们的需要是_____

(如果你不确定小组认领单位的需要，请洽教会。)

2. 教会事工：

- 教会现场主日崇拜@9am@11am
- 启程福音 Alpha Course 主日@7:30pm on zoom
- 主日装备课程及教室 (9/8-10/27) :
9:00 - 10:30 am: 约翰福音 (G10), 使徒行传 (G5)
11:00 - 12:30 pm: 申命记 (G10), 旧约概论 (G5)
粤语授课：生命的季节下@9:00@G6, 9/15 - 11/03

3. 新来宾：_____请于聚会前确认来宾名字。

病痛组员或亲朋：_____并商讨如何关怀他们。

第三时段：话语分享 (45 分钟) 分享讨论应用神的话在日常生活里

A. 回应主日信息：聚会前，请上网仔细重听一次。上主日信息的中心思想是什么？哪一句话是你印象最深刻的？

B. 小组聚会话语分享时段的目的乃是让神的话改变我们的价值观，并且应用在每天的生活里，因此鼓励带领的同工让大家多参与分享。

本周主题：生气却不要犯罪

经文：以弗所书 4:26-27

背诵经文：生气却不要犯罪，不可含怒到日落，也不可给魔鬼留地步。

有一家人，他们全家人的感情很好：彼此亲密、和乐融融。但这家人以前并不是这样的，曾经有段时间他们的家充满怒气和争吵，彼此间充满愤恨和不饶恕。

很多时候，人发怒跟原生家庭有密切的关系，孩子会效仿父母的言行，充满怒气的家庭环境，会造成孩子容易发怒。因为他们从角色典范身上学到发怒，又将之内化为自己的行为，最后又传给下一代。生气和发怒是人之常情，但要学会适时的控制自己的情绪，以免造成更大的伤害。

讨论问题 1：你曾遇到过使你很生气的人吗？你是如何处理的呢？

一、生气的原因：

1. 他做错事得罪我，却不向我道歉。
2. 当别人所做的事不合我的要求时。
3. 当我的权益受损，不被人尊重时。
4. 我看不惯别人的态度和作法时。
5. 其他：

讨论问题 2：你最常向谁发脾气？为什么？

二、圣经人物也生气，你觉得他们生气是？(请挑选一题分享)：

1. 摩西：因以色列百姓抱怨没水喝，摩西就发怒击打磐石两次。(民数记 20: 1-13) 结果如何？给你的提醒是？
2. 当大卫杀死巨人歌利亚，百姓作歌赞美大卫胜过扫罗时，扫罗心里很不是滋味，非常不舒服，就心生嫉妒。(撒上 18: 8) 结果呢？给你的提醒是？
3. 耶稣在逾越节到耶路撒冷，在圣殿里看见有卖牛羊鸽子的，并有兑换银钱的人坐在那里。耶稣就拿绳子作成鞭子，把牛羊都赶出殿去，倒出兑换银钱之人的银钱，推翻他们的桌子。又对卖鸽子的说，把这些东西拿去，不要将我父的殿，当作买卖的地方。(参约翰福音 2: 13-22) 耶稣为何生气？祂的生气和你的生气有何不同？

三、生气的原因和圣经处理怒气的原则：

1. 当有人对不起你时：

歌罗西书 3: 13 倘若这人与那人有嫌隙、总要彼此包容、彼此饶恕。

2. 当别人得罪你、对你不合理时:

太 18: 15 倘若你的弟兄得罪你、你就去趁着只有他和你在一处的时候, 指出他的错来。他若听你, 你便得了你的弟兄。

3. 当别人达不到你的要求时:

罗 15: 1 我们坚固的人、应该担代不坚固人的软弱、不求自己的喜悦。

4. 当你忌妒时:

林前 12: 26 若一个肢体受苦, 所有的肢体就一同受苦。若一个肢体得荣耀, 所有的肢体就一同快乐。

5. 当你的权益受损时:

罗 12: 19 亲爱的弟兄, 不要自己伸冤, 宁可让步, 听凭主怒。因为经上记着“主说, 伸冤在我, 我必报应。”

6. 管理自己的怒气:

箴言 14: 29 不轻易发怒的, 大有聪明。性情暴躁的, 大显愚妄。

7. 处理怒气的法则:

雅 1: 19-20 我亲爱的弟兄们, 这是你们所知道的。但你们各人要快快的听, 慢慢的说, 慢慢的动怒。因为人的怒气, 并不成就神的义。

8. 生气要有所节制。

弗 4: 26-27 生气却不要犯罪, 不可含怒到日落。也不可给魔鬼留地步。

讨论问题 3: 我们应当如何才能做到“生气却不要犯罪”呢?

祷告:

亲爱的阿爸天父, 我们感谢祢! 谢谢祢赐给我们有喜、怒、哀、乐等各样的情绪来表达我们内心的感受。求祢帮助我们常常保持正面的情绪, 当我们有负面的情绪, 尤其是怒气时, 求祢让我们有所警觉、有所节制, 不让仇敌利用机会搅绕我们而犯罪。更求祢赐给我

们智慧能妥善的处理我们自己的情绪, 好让我们可以在各样的环境里活出神儿女当有的身量, 来荣耀祢的名。我们如此祷告乃是奉主耶稣宝贵的名求。阿们!

第四时段: 祷告服事 (10 分钟)

可以两三个人成为一个祷告小组, 为彼此的需要祷告。

10/04 雅各书 5: 1-12

10/11 雅各书 5: 13-20