

請以禱告開始小組，按情況討論當中的問題。在你們以禱告結束之前，請思考最後一頁的三個基本問題。

講道筆記

“溫柔的人有福了，因為他們必承受地土。”

- 馬太福音 5:5 (和合本)

Talk It Over

我們上帝的溫柔是強而有力的！

“在耶和華面前有強烈的大風，山崩石碎，但耶和華不在風中；風過以後有地震，但耶和華也不在地震中；地震過後有火，耶和華也不在火中；火後有低微柔和的聲音。以利亞聽見了，就用自己的外衣蒙著臉，走出來，站在洞口。忽然有聲音向他說：「以利亞啊，你在這裏幹甚麼？」”

- 列王紀上 19:11-13 (新譯本)

問題 1

在我們生命中，很多人對我們大聲吼叫。但我們需要傾聽，才可以聽到上帝“低微柔和的聲音”。請與組員分享你用甚麼方法讓生活安靜下來，傾聽上帝的聲音？

Talk It Over

三種生活的方式：失控、操控、被掌管

“神所賜給我們的，不是膽怯的靈，而是有能力、仁愛、自律的靈。”

- 提摩太後書 1:7 (新譯本)

問題 2

在失控、操控、被掌管這三種生活的方式中，你現在的生活方式是哪一種？我們可以採取哪些步驟來生活在上帝的掌管之下？試與組員分享你在上帝掌管之下生活的經歷，和當中為你帶來的益處。

溫柔能藉着給你以下的力量去改變你的人際關係：

Talk It Over

1. 溫和地與你對質的人說話

“上主啊，求你約束我的言語，看管我的嘴唇。”

- 詩篇 141:3 (新普及譯本)

問題 3

當有人與你對質時，情緒就會出現。我們如何提醒自己要與溫和的說話來回應呢？

Talk It Over

2. 祝福侮辱你的人

“不要以辱罵還辱罵，反要為對方祝福。這些才是上帝召喚你們要去做的事，他也必因此賜福給你們。”

- 彼得前書 3:9 (新普及譯本)

問題 4

侮辱性的話會傷害我們的內心，令我們想要報復或隱藏。當我們在思想和祈禱中以祝福回應時，這會如何改變我們的行為？

Talk It Over

3. 饒恕冒犯你的人

“你們要寬容彼此的過錯，饒恕得罪你們的人。要記住，主已經饒恕了你們，你們也必須饒恕別人。”

- 歌羅西書 3:13 (新普及譯本)

問題 5

為甚麼懷恨在心的人其實是在傷害自己呢？你如何向一個受傷和痛苦的人解釋寬恕的重要性？

Talk It Over

4. 鼓勵那些需要你的人

“你們也要向大家表現謙讓。主就要來了。”

- 腓立比書 4:5 (現中修訂版)

問題 6

我們每一個人都需要鼓勵。而鼓勵我們認識的人是比較容易的。你如何鼓勵那些需要你的人，即使他們是陌生人呢？你曾否經歷被陌生人鼓勵？

三個基本問題

以下問題沒有特定的答案，旨在鼓勵組員思考自己在聽道後有何感受，以及如何聽行合一！

1. 聽了甚麼？這篇講道的哪一點對你帶來最大衝擊？
2. 思考一下！這篇講道如何挑戰、改變或確認你的想法？
3. 付諸行動！你或你的小組將如何實踐今天所學到的東西？