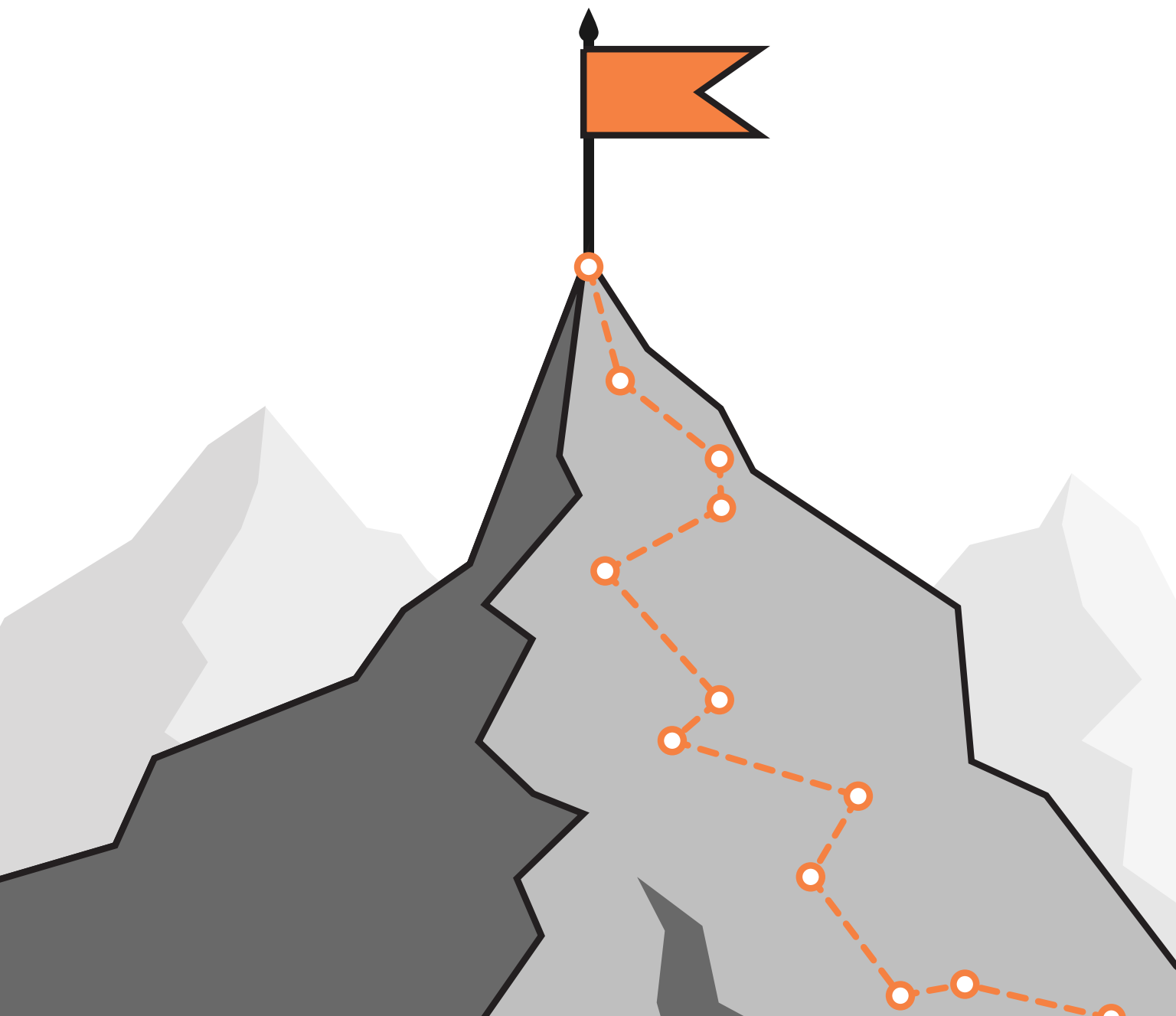


大本營

建立目的導向的小組



大本營：建立目的導向的小組

版權所有 © 2021 Saddleback Valley Community Church

版權所有。未得Saddleback Church書面同意，請勿複印、在檢索系統儲存此材料的任何部分、或以任何方式傳遞這資料。

CSR9329



由 Saddleback Church 出版

1 Saddleback Parkway

Lake Forest, CA 92630

www.saddleback.com

除非另有註明，所有經文均引自THE HOLY BIBLE, NEW INTERNATIONAL VERSION® NIV®, © 1973, 1978, 1984, 2011 by Biblica, Inc.®。蒙允准使用。版權所有。

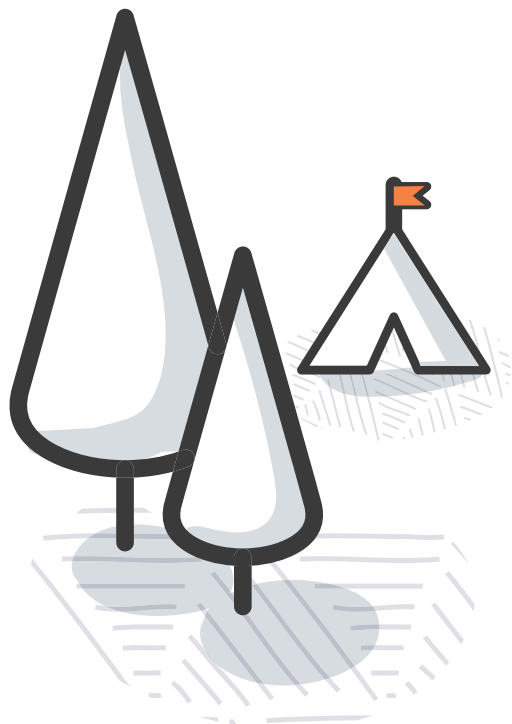
經文引自《現代標點和合本》，版權屬全球聖經促進會所有，蒙允准使用。

經文引自《新普及譯本》，版權屬全球聖經促進會所有，蒙允准使用。

經文引自《聖經新譯本》，版權屬全球聖經促進會所有，蒙允准使用。

目錄

- 4 準備攀登!
- 6 認識你的研習本
- 11 **第一課：平衡各項目的**
- 17 **第二課：在團契和門徒訓練中成長**
- 23 **第三課：在事奉和傳福音中成長**
- 29 **第四課：在敬拜中成長，訂立計劃**
- 35 **第五課：你的評量及成長計劃**
- 39 資源
- 41 小組主持參考資料
- 52 參考答案



準備攀登！

如果你是狂熱的攀山迷，征服全世界最高的山峰，即29,000呎高的天然巨人 — 珠穆朗瑪峰，可能會是你的人生清單上位列榜首的項目。每年，大約有800位攀山者登上珠峰之巔。天氣本身已經難熬，還要在地球上最嚴苛的環境，全程拖着幾乎是整個工具庫的物資和七個氧氣瓶，行山60天。

登珠峰頂大概是世界上難度最高的體能挑戰。在開始攀登很久之前，準備功夫已經開始。為了為期兩個月的登山之旅，攀山者經年累月訓練，為旅費、物資和其他費用花上數萬元。

但在你能攀上珠峰前，你必須先成為能夠攀珠峰的人。你要建立相關知識和個人成長的基礎，身邊需要有合適的人，向你展示到達目的地的方向和方法。雪巴人就是適合加進你的團隊的人選。雪巴人是該區的傳譯員，是當地專家，他會帶領你，讓你有更大勝算登上珠峰之巔。如此一來，登山就涉及個人和群體的努力了。

或許此刻你尚未準備好登上這座世上最高的山峰，但你和你的小組即將展開不一樣的旅程 — 這趟旅程能幫助你作為跟隨耶穌的人和社區成員，從小組中獲得最大的益處，好讓你成長，成為耶穌的跟隨者。



歡迎 來到「大本營」：建立目的導向的小組。無論你的小組已經聚會了十年還是十分鐘，這五節課堂的設計，都是幫助你們個別或整體地，創建一個由上帝的聖經目的所導向的小組。這些目的是我們身為基督徒行事為人的基礎。

在這個課程中，我們會逐一探討跟隨基督的五個目的。我們會談及每個目的如何在你的生命中呈現，又會向你介紹一項工具，用來評核你在每項目的裡的能力，並訂立成長計劃。換言之，在未來五星期，我們會一起開始攀山，沿途探討這五個目的。拿起你的工具，準備攀登吧！

你的屬靈嚮導，

馬鞍峰小組團隊



認識你的研習本

在此簡單解釋這研習本每一課的各部分，附以每個環節建議的時間。



營地聚會 (5 分鐘)

開始每次小組對話前，簡單討論一兩個問題，帮助大家專注在那一節的主題。



為氧氣瓶充氣 (1 分鐘)

在每堂開始時，以書面禱文開始你的小組時間，預備自己去聆聽上帝要對你說的話。



展開旅程 (10 分鐘)

在觀看每堂影片前，一同閱讀經文是十分重要的。經文已收錄在你的作業本上，你可以在上面畫記號、做筆記，一同閱讀同一翻譯本。在聆聽牧師將要分享的睿見前，先聽聽上帝對你作為個人和作為小組要說的話。請不同的人朗讀出經文的不同部分。



與嚮導對談 (15 至 20 分鐘)

小組可每星期一同觀看伴隨課堂的影片，一邊觀看，一邊填寫研習本上的空格。緊記在討論時間參照這些大綱。



問題討論 (20 分鐘)

每段課堂影片均附有幾個問題供小組討論。不要感到有壓力，必須討論每一條題目。我們沒理由要趕著回答這些問題。給予每位組員足夠的機會分享他們的想法。即使未能討論所有題目也沒關係。



鍛鍊你的技能 (1 分鐘)

這是實戰的部分。我們不希望只單單聆聽上帝的話語，更需要行出祂的道 (雅各書1章22節)。這些應用練習能幫助你們實踐課堂上討論到的真理。



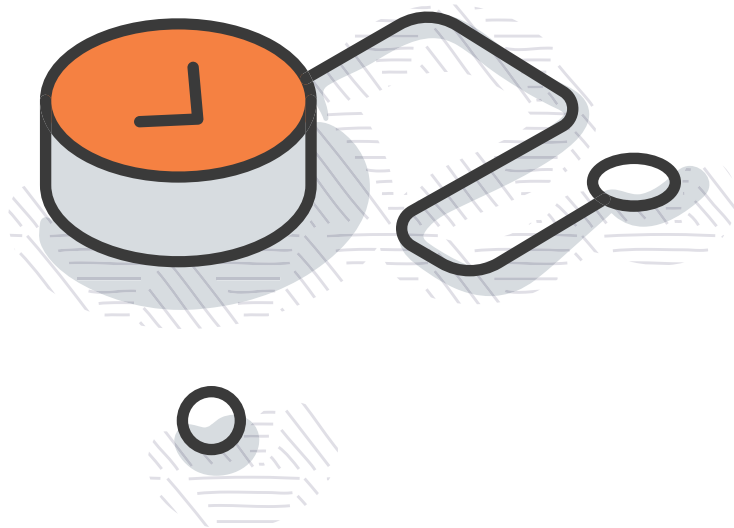
進深探討 (1 分鐘)

這部分建議一些不同的方式，讓你豐富那一週課堂的知識。



仰望高峰 (5 分鐘)

回應已討論的內容是非常重要的。回應的第一步，是告訴上帝你所聽到的內容。這部分提供一些簡單提示，在小組完結前，助你引導你的禱告時間。



給小組主持的建議

這份研習材料的原意是作你的僕人而非主人，重點不是趕忙著完成各個課堂，而是花些時間讓上帝在你的生命中作工。不一定要所有人都回答，才進入下一個問題。讓他們有自由發言，但不要堅持或強制式進行。如組員們不感到被迫發言，你的小組會享受更深入、更開放的分享和討論。

如何使用此影片課程

按照這幾個簡單步驟，開展一個成功的小組聚會：

1. 利用你的研習本**營地聚會**的部分，開始你的小組聚會。
2. 利用給**氧氣瓶充氣**部分提供的導引禱文。
3. 整個小組閱讀**展開旅程**部分的經文。
4. 開始伴隨課堂的影片課堂，然後填寫緊接的**與嚮導對談**部分。



5. 細讀緊接的**問題討論**，與你的組員進行討論。
6. 檢閱**鍛鍊你的技能**部分中那一週的實際應用。在下一節課堂前，努力完成有關練習。
7. 緊記檢查**進深探討**部分，查看在整個星期繼續成長的方法。
8. 同按照**仰望高峰**部分的提示，結束小組時間，

有用提示


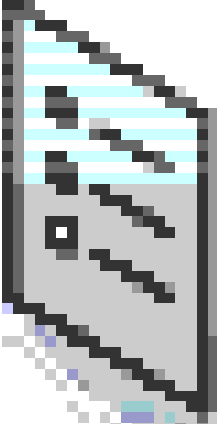
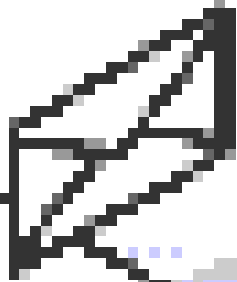
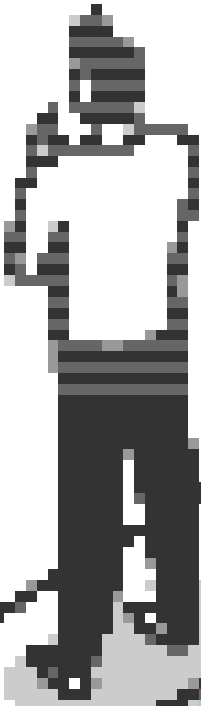
為了在安卓(Android)平台獲得最佳體驗，請以Adobe Acrobat Reader DC瀏覽這份互動研習材料。





馬太福音22:37-38

「耶穌對他說：『你要盡心、盡性、盡意
愛主—你的上帝。』這是誡命中的第一，
且是最大的。」



第一課

平衡各項目的



營地聚集

- 在你生命中，你已完成最具挑戰的項目是甚麼？
- 用你自己的說話，你會如何描述小組是甚麼？



為氧氣瓶充氣

主耶穌：

祢呼召我們每位加入這個小組，總有原因。我們一同投入這次研習，求祢引領我們的思想、言辭和情緒。幫助我們能扶助彼此發現這五個目的，並學習如何作為個人和作為小組把這些目的實踐出來。我們愛祢。奉耶穌名求。阿們。



展開旅程

一同閱讀這些經文。把你認為特別的圈出或加上橫線，在你感到有趣、不明白或引起你的好奇心的部分打個問號。閱讀完畢，花幾分鐘回應以下問題。

詩篇133:1

兄弟和睦共處，多麼美好，多麼愉悅！（新普及譯本）

哥林多前書1:10

弟兄們，我藉我們主耶穌基督的名勸你們都說一樣的話。你們中間也不可分黨，只要一心一意，彼此相合。

為甚麼團結合一對我們的小組如此重要？



與嚮導對談 (觀看影片)

小組是甚麼？

一個健康的小組不單是幾個人聚集起來研讀聖經。

那麼，小組到底是甚麼？以下有幾個定義：

- 一個你 _____ 的群體。

詩篇133:1

兄弟和睦共處，多麼美好，多麼愉悅！(新普及譯本)

- 一個你 _____ 的群體。

哥林多前書 8:3

若有人愛上帝，這人乃是上帝所知道的。

- 一個你 _____ 的群體。
- 一個你 _____ 的群體。
- 一個你 _____ 的群體。
- 一個你 _____ 的群體。
- 一個你 _____ 的群體。

你的屬靈成長

群體為何如此重要：

上帝創造了你去 _____，而 _____

在 _____，可以得到最好的

_____。

上帝把你放在小組裡，讓你成長！

五個目的

你可透過實踐上帝給你生命的五個目的，評量你的成長。

這五個目的源自耶穌的大誡命（馬太福音22章37-40節）和大使命（馬太福音28章16-20節）。

大誡命

馬太福音22章37-40章

「耶穌對他說：「你要盡心、盡性、盡意愛主—你的上帝。這是誡命中的第一，且是最大的。其次也相儗，就是要愛人如己。這兩條誡命是律法和先知一切道理的總綱。」」

大使命

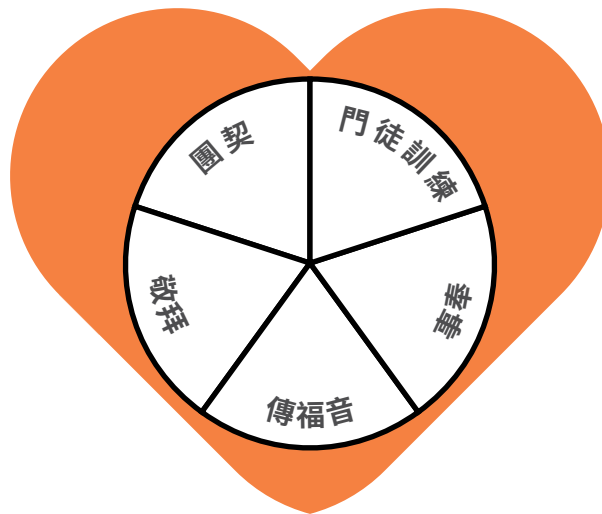
馬太福音28章16-20節

「所以，你們要去，使萬民作我的門徒，奉父、子、聖靈的名給他們施浸，凡我所吩咐你們的，都教導他們遵守。」

- 「愛主」= _____ 或使上帝
_____。
- 「愛你的鄰人」= _____ 或以上帝塑造你的獨特方式去
_____。
- 「去，使萬民作我的門徒」= _____ 或
_____ 或向未認識上帝的人分享祂的愛

- 「給他們施浸」 = _____ 或 _____ 透過成為上帝家庭的成員，_____。
- 「都教導他們遵守」 = _____ 或建立 _____。

成熟的門徒



問題討論

1. 是甚麼把你帶到這個小組？你有否看見上帝的恩手引領你來到這裡，特意把你安排在這小組中？
2. 小組的定義中，哪一個使你最有共鳴？
3. 哪一個定義要求你倚靠你的小組成員？
4. 兩位主持形容，抵達大本營是了解上帝給你的小組的目的。對於成為這群體的一分子，你還有甚麼問題？
5. 要建立目的導向小組，最大的挑戰是甚麼？
6. 你對這次研習最期待的是甚麼？



鍛鍊你的技能

在這研習中，你會學習如何作為個人和作為小組實踐這五個目的。在這星期，花些時間禱告，想想在這五個目的中，你最熱衷的是哪一個？然後，寫下你對這兩個問題的答案：「我現時如何體現這個目的？」及「我如何幫助我小組中的成員體現這個目的？」

如果你是初信者，或未想到熱衷於哪一個目的，在這星期你可以專注在團契的目的。寫下你對這問題的答案：「隨著我的信仰增長，我希望以哪些方法體現團契的目的？」

作好準備，在下星期分享你的答案。



進深探討

要了解更多在群體裡如何能夠得到最好的屬靈成長，請收聽 ‘Doable Discipleship’ (「可行的門徒訓練」)第35集：“Spiritual Growth: You Can’t Do It Alone!” (「屬靈成長：不能獨力完成！」)。



仰望高峰

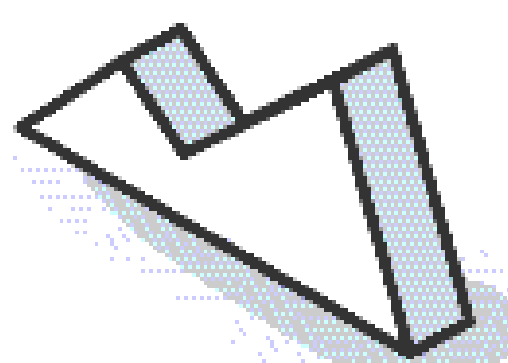
在這星期，為你的小組成員逐一提名感謝上帝。然後，求祂賜予你開放的心，從他們身上學習，賜予你慷慨的心去幫助他們學習。





羅馬書12:2

不要效法這個世界，只要心意更新而變化，
叫你們察驗何為上帝的善良、純全、可喜悅的旨意。



第二課

在團契和門徒訓練中成長



營地聚集

- 在上星期，你寫下如何能體現某個目的，以及你如何幫助其他人在那個目的中成長。上帝在這項活動的過程中對你說了甚麼？
- 分享你的社群幫助達成目標或跨越困難的一次經驗。



為氧氣瓶充氣

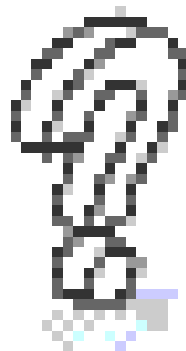
主耶穌，

感謝祢創造我們建立群體。感謝祢設計我們作門徒訓練。在我們進入今天的研習時，求祢打開我們的心靈、意念和靈魂，去接受祢要向我們說的話。賜我雀躍的心去迎接團契和門徒訓練的目的，並鼓勵我們，無論目前的狀態如何，都繼續追求成長。感謝祢愛我們！奉耶穌名求。阿們。



展開旅程

一同閱讀這段經文。把你認為特別的圈出或加上橫線，在你感到有趣、不明白或引起你的好奇心的部分打個問號。閱讀完畢，花幾分鐘回應以下問題。

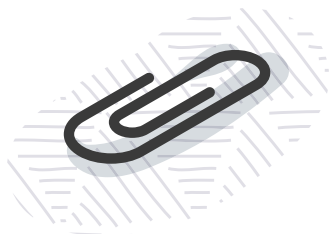


羅馬書12:1-8

所以，弟兄們，我以上帝的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是上帝所喜悅的；你們如此事奉乃是理所當然的。不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為上帝的善良、純全、可喜悅的旨意。

我憑著所賜我的恩對你們各人說：不要看自己過於所當看的；要照著上帝所分給各人信心的大小，看得合乎中道。正如我們一個身上有好些肢體，肢體也不都是一樣的用處。我們這許多人，在基督裏成為一身，互相聯絡作肢體，也是如此。按我們所得的恩賜，各有不同。或說預言，就當照著信心的程度說預言；或作執事，就當專一執事；或作教導的，就當專一教導；或作勸化的，就當專一勸化；施捨的，就當誠實；治理的，就當殷勤；憐憫人的，就當甘心。

- 這段經文摘自保羅寫給羅馬教會的書信，羅馬教會被視為當時文明世界的中心。你認為對於生活在全球帝國核心、繁囂大都市裡的基督徒而言，這些指示為甚麼重要？
- 想想你的小組身處的世界，現正處於甚麼狀態。這些指示為甚麼在今日對你和你的小組重要？





與嚮導對談 (觀看影片)

團契

團契有別於一般的友誼關係 — 它包括一同經歷生命!

人們在真正的團契會經歷：

- _____ : 真實、心連心、打從心底的分享。
- _____ : 建立互惠關係, 分擔責任, 互相幫助。
- _____ : 進入和分擔別人的痛苦。

羅馬書12:15

與喜樂的人要同樂; 與哀哭的人要同哭。

- _____ : 我們都會失足跌倒, 要人幫忙重回正軌。

馬太福音5:7

「憐恤人的人有福了! 因為他們必蒙憐恤。」

路加福音6:36

「你們要慈悲, 像你們的父慈悲一樣。」

門徒訓練

門徒訓練不會在一夜之間發生, 甚至經年累月也未必發生。它是畢生的過程!

上帝為甚麼寧願讓我們隨時間慢慢成長？

- 我們是 _____ 。

箴言26:11

愚昧人行愚妄事，行了又行，就如狗轉過來吃牠所吐的。

- 我們有很多學過的東西需要 _____ 。
- 我們 _____ 謙卑面對關於 _____ 。

羅馬書12:3

我憑著所賜我的恩對你們各人說：不要看自己過於所當看的；要照著上帝所分給各人信心的大小，看得合乎中道。

- 成長往往是 _____ 的。
- _____ 需要時間去 _____ 。

羅馬書12:2 (聖經新譯本)

不要模仿這個世代，倒要藉著心意的更新而改變過來，使你們可以察驗出甚麼是上帝的旨意，就是察驗出甚麼是美好的、蒙他悅納的和完全的事。



問題討論

1. 單單是出席你的小組，已經體現了團契的目的。還有哪些其他方式可以在你的小組中實踐團契？

提示：看看影片討論的真正團契的四項特質。

2. 這經歷或會令你感到不自在，你現在才剛剛知道，就是向別人表達真誠、相互關係、同情和憐憫。跟別人建立真誠的關係是需要時間的。然而，你可以踏出怎樣的第一步，向別人更加開放自己？

3. 你可以用哪些方法，作為一個小組去實踐門徒訓練的目的？
4. 在本課開始的經文和本影片，我們看過羅馬書12章3節。你認為保羅說：「看自己……看得合乎中道」是甚麼意思？為甚麼這對於你來說或是個挑戰？
5. 你對團契或門徒訓練還有甚麼問題？

小組主持備註：如你的小組仍有問題，請與你的區長或小組牧師聯繫，他們會樂意協助你！



鍛鍊你的技能

在你的門徒訓練旅程中，最有果效的一步，是習慣每天有一段安靜的時間和上帝相處。如你正在尋求如何開始，請查閱Engage: A 21-Day Guide to Begin Your Daily Time with God (「投入：開始每天與上帝相聚21天指引」)。馬鞍峰「屬靈成熟」團隊製作了這份簡單易用的指引，幫助你去愛、學習和活出上帝的道——同時養成每日花時間和上帝相處的習慣。你可在saddleback.com/quiet-time免費閱讀此書。

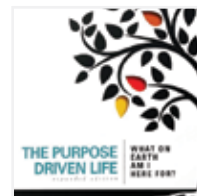


如你已經建立了每日有安靜時間的習慣，太好了！在這星期，寫下你在安靜時間從上帝身上學到或聽到的東西，預備在下星期分享。



進深探討

有關團契和門徒訓練的課程，請查閱華理克牧師的著作：《標竿人生：我究竟為何而活？》(The Purpose Driven Life. What on Earth Am I Here For?) 第15-21天探討團契，而第22-28天則探討門徒訓練。



此外，如你還未上「DYP 1：發掘人生使命——如何歸屬」及「DYP 2：發掘人生使命——如何成長」，請記得到訪saddleback.com/class，登記下一次舉行的課程。你會學到所有有關上帝如何塑造你參與團契，並設計你投入門徒訓練的知識！



仰望高峰

在這星期，再次為你的小組成員逐一提名祈禱。然後，在這課程期間，為真正團契的四項特質禱告，求上帝張開你的眼睛，為你的小組尋獲真實、相互關係、同情和憐憫的方法。





腓立比書2:3-4

凡事不可結黨，不可貪圖虛浮的榮耀；只要存心謙卑，各人看別人比自己強。各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事。

第三課

在事奉和傳福音中成長

營地聚集

- 上星期，在訂立安靜時間進展如何？上帝教導了你甚麼？分享你的經歷。
- 我們所有人都會有「生命導師」— 在屬靈、情緒、學業、運動或其他方面幫助我們的人。誰是你的生命導師？他或她可以是你的父母、教練、師傅、牧師、老師，或任何曾在你生命中幫助你的人。

為氧氣瓶充氣

上帝啊，

我們非常感恩，祢特意創造我們，為著一個目的。在今天的課堂上，求祢開放我們的心懷意念，接受祢給我們有關事奉和傳福音的教導。賜我們熱情去事奉我們周遭有需要的人，包括教會內和教會外的人。

奉耶穌名求。阿們。

展開旅程

一同閱讀這些經文。把你認為特別的圈出或加上橫線，在你感到有趣、不明白或引起你的好奇心的部分打個問號。閱讀完畢，花幾分鐘回應以下問題。

以賽亞書 6:8

我又聽見主的聲音說：「我可以差遣誰呢？誰肯為我們去呢？」我說：「我在這裏，請差遣我！」



歌羅西書 3:1-4

所以，你們若真與基督一同復活，就當求在上面的事；那裏有基督坐在上帝的右邊。你們要思念上面的事，不要思念地上的事。因為你們已經死了，你們的生命與基督一同藏在上帝裏面。基督是我們的生命，他顯現的時候，你們也要與他一同顯現在榮耀裏。

- 你發現這兩篇經文之間有任何共通主題嗎？如有，當中的連繫是甚麼？
- 「地上的事」有哪些例子？「上面的事」有哪些例子？





與嚮導對談 (觀看影片)

事奉

事奉就是以上帝塑造你的獨特方式去服侍別人。事實上，耶穌因應我們如何優先考慮別人，來衡量我們有多好。

馬可福音 9:35 (聖經新譯本)

耶穌坐下，叫十二門徒來，對他們說：「誰想為首，就該作眾人中最末的一個，作眾人的僕人。」

要變得像基督，我們需要擁有真正僕人的特質。真正的僕人會：

- _____ 去事奉。

以賽亞書 6:8

我又聽見主的聲音說：「我可以差遣誰呢？誰肯為我們去呢？」我說：「我在這裏，請差遣我！」

- _____ 需要。
- _____ 盡其所能。
- _____ 完成每項任務。

歌羅西書 3:17

無論做甚麼，或說話或行事，都要奉主耶穌的名，藉著他感謝父上帝。

- _____ 對待自己的事奉。
- 保持 _____。

路加福音 14:11

「因為，凡自高的，必降為卑；自卑的，必升為高。」

傳福音

傳福音的目的可以這樣概括：與未認識上帝的人分享祂的愛。對很多基督徒而言，這是個可怕的想法。

傳福音最適合在一對一的關係中進行。要在這個目的中成長，你需要在思想上作出幾個轉變：

- 由 _____
的思想轉為 _____。

腓立比書 2:3-4

凡事不可結黨，不可貪圖虛浮的榮耀；只要存心謙卑，各人看別人比自己強。各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事。

- 把思想角度由 _____ 轉為 _____。
- 由「 _____ 」轉為 _____ 的思想。

歌羅西書 3:1-2

所以，你們若真與基督一同復活，就當求在上面的事；那裏有基督坐在上帝的右邊。你們要思念上面的事，不要思念地上的事。

- 由 _____ 轉為 _____。
- 由「 _____ 」轉為 _____ 的思想。



問題討論

1. 回想在這課堂開始時你想到的「人生導師」。他們有哪些「真正僕人」的特質？
2. 看看這些「真正僕人」的特質，你最希望在哪一個範疇有所成長？
3. 作為小組，我們可如何在傳福音的目的中互相鼓勵？我們可怎樣一同實踐這個目的？
4. 在這課程中提及的「四個思想轉變」中選出一個。如你按這個方向改變你的思想，你的生命會變得怎樣？你身邊的人的生命會變得怎樣？
5. 你對事奉和傳福音兩個目的還有甚麼問題？

小組主持備註：如你的小組仍有問題，請與你的區長或小組牧師聯繫，他們會樂意協助你！



鍛鍊你的技能

要體現事奉的目的，最可見的一個方法是在你的社區參與一項服務項目。在這星期，思考、研究和寫下兩、三項你的小組可以一同進行的服務項目。

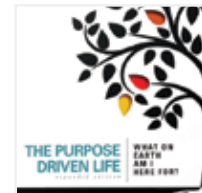
為每個項目列出其代表的「真正僕人」的特質。在下星期，你會分享這份清單，你的小組會決定在未來數星期一同參與哪些項目。

此外，如你還未上「DYP 3: 發掘人生使命——如何服侍」，尚未認識你的生命特質，請記得到訪saddleback.com/class，登記下一次舉行的課程。你會學到所有有關上帝如何塑造你去事奉！



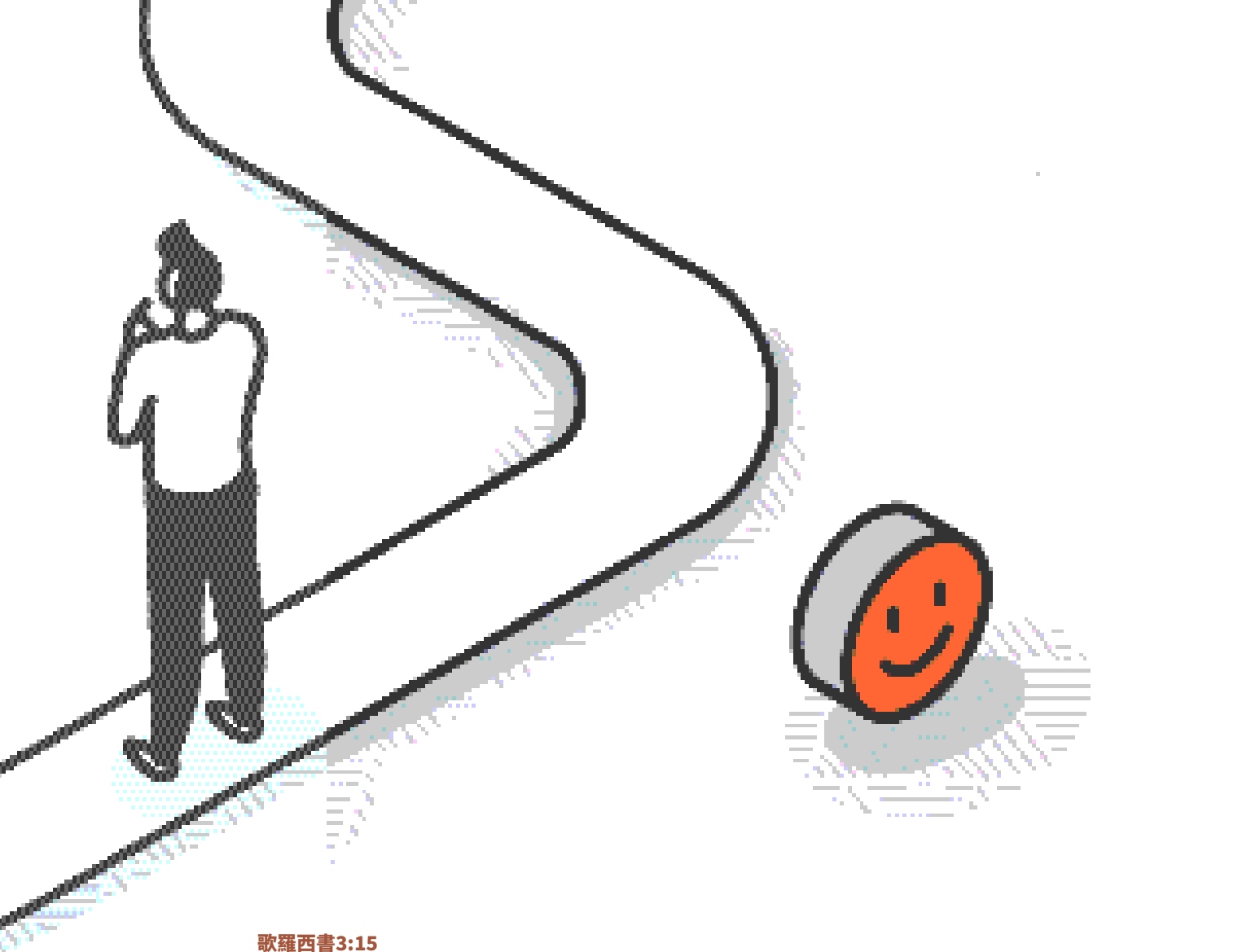
進深探討

有關事奉和傳福音的課程，請查閱華理克牧師的著作：《標竿人生：我究竟為何而活？》(The Purpose Driven Life. What on Earth Am I Here For?) 第29-35天探討事奉，而第36-42天則探討傳福音。



仰望高峰

結束今日的聚會時，為你生命中所認識、尚未認識耶穌的人禱告。在這星期，選擇你生命中可能需要耶穌的人，為他／她提名祈禱，求上帝讓你終有一天能有機會與他們分享你的信仰。如你不斷祈求某人能認識耶穌，你為他們的愛會增長，對分享你的信仰的恐懼則會消退，以至於使你感到驚嘆。



歌羅西書3:15

又要叫基督的平安在你們心裏作主；你們也為此蒙召，歸為一體；且要存感謝的心。



第四課

在敬拜中成長，訂立計劃

⚠ 營地聚集

- 你有否寫下你們可一同參與的服務項目？跟你的組員分享，看看有沒有一些項目可以在未來幾星期讓整個小組一同參與。
- 有哪些地方、活動或經歷讓你感到與上帝最有聯繫？

🙏 為氧氣瓶充氣

上帝啊，

再次感謝祢我們非常感恩，祢特意創造我們，為著一個目的。在我們進深探討今天的課堂時，求祢賜我們視野去看見祢的良善，給我們內心去體會祢的愛。幫助我們成為虔敬的人，使我們的思想、感受和行動都要榮耀祢。奉耶穌名求。阿們。





展開旅程

一同閱讀這些經文。把你認為特別的圈出或加上橫線，在你感到有趣、不明白或引起你的好奇心的部分打個問號。閱讀完畢，花幾分鐘回應以下問題。

歌羅西書 3:12-17

所以，你們既是上帝的選民，聖潔蒙愛的人，就要存憐憫、恩慈、謙虛、溫柔、忍耐的心。倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。在這一切之外，要存著愛心，愛心就是聯絡全德的。

又要叫基督的平安在你們心裏作主；你們也為此蒙召，歸為一體；且要存感謝的心。當用各樣的智慧，把基督的道理豐豐富富地存在心裏，用詩章、頌詞、靈歌，彼此教導，互相勸戒，心被恩感，歌頌上帝。無論做甚麼，或說話或行事，都要奉主耶穌的名，藉著他感謝父上帝。

- 這段經文涵蓋了多個目的。你識別出哪幾項呢？
- 經文雖然代表了多項目的，但這些指示都是敬拜的例子。你如何為敬拜下定義？



與嚮導對談 (觀看影片)

敬拜

「敬拜」或是個很沉重的字眼 — 不單對教會，對我們的整個社會亦然。而對於基督徒，我們把敬拜定義為討上帝喜悅。

以下是關於敬拜的一些重要事實：

- _____
就是敬拜。

歌羅西書3:17

無論做甚麼，或說話或行事，都要奉主耶穌的名，藉著他感謝父上帝。

- 敬拜遠遠不止是 _____。
- 敬拜不是為 _____。

希伯來書13:15

我們應當靠著耶穌，常常以頌讚為祭獻給上帝，這就是那承認主名之人嘴唇的果子。

- 敬拜不是 _____。

屬靈健康評檢簡介

我們已涵蓋這五個目的，現在向你介紹一項工具，用來評量你在每項目的中的能力。

工具用法如下：

1. 到訪 saddleback.com/account/health-assessment，進入網上屬靈健康評檢。



2. 就各項信仰、態度和行動，由1到5分為自己評分，以完成評檢。你的總分將會加起來，連同你可採取的一些具體行動，讓你在每個目的中成長。我們會根據你的得分，我們會從「爬」（低度投入）、「走」（中度投入）及「跑」（高度投入）的方向，想想你可以做哪些特定活動。這些建議是活動的寶庫，無論你與基督關係如何，都能幫助你們成長。



3. 以下「鍛鍊你的技能」部分提供指示，讓你在我們下次上課前，就你的評檢結果作出行動。





問題討論

1. 敬拜是個頗令人混淆的概念，即使對基督徒而言也一樣！現在我們已觀看影片，你對敬拜的看法有沒有改變？
2. 你可以哪些特定方法，去運用你的才幹、創意或嗜好去敬拜上帝？
3. 作為小組，我們可以哪些方式敬拜？
4. 你對於敬拜還有甚麼問題？

提示：看看我們在課堂開始時討論的經文（歌羅西書3:12-17）。

5. 你對於填寫屬靈健康評檢有何感受？緊張？興奮？好奇？可以的話，利用電腦或智能裝置來展示評檢的樣式並示範如何填寫。

小組主持備註：花些時間和你的小組一同檢閱屬靈健康評檢的內容。可以的話，利用電腦或智能裝置來展示評檢的樣式並示範如何填寫。



鍛鍊你的技能

完成屬靈健康評檢後，制定一個「屬靈健康計劃」。你可問自己三個問題：

- 「我要做什麼？」
- 根據你的得分，你需要專注在哪些範疇？你會採取哪些「爬、走、跑」行動？從你的屬靈健康評檢結果，看看有甚麼想法。
- 「屬靈夥伴如何在這目的幫助我？」
- 我們強烈建議鼓勵你找一位屬靈夥伴，在你制定屬靈健康計劃時幫助你，你也可以同樣幫助他們！
- 「我取得哪些進展？」

這評檢的目的並非單單展示你需要成長的地方！看看你在哪些範疇已為某項目的展現出熱忱。在你已取得進展的地方，尋求鼓勵和動力。如你是初信者，嘗試指出你本身對哪些目的已抱有一份熱忱。

這項活動旨在幫助你想出一些你可以做的實際行動，讓你在五個目的中成長。在下星期，我們會花較多時間討論你的計劃！



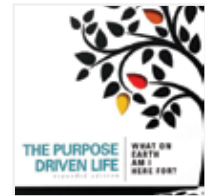
進深探討

有關團契和門徒訓練的課程，請查閱華理克牧師的著作：《標竿人生：我究竟為何而活？》(The Purpose Driven Life. What on Earth Am I Here For?) 第8-14天探討敬拜。



仰望高峰

我們已涵蓋這課程中不少的內容！為你已學會的一切感謝上帝，並祈求祂會繼續在你內心建立對屬靈成長的一份渴求。在這星期，為你的每位組員提名祈禱，求聖靈利用屬靈健康評檢帶領他們，幫助他們制定成長計劃。



希伯來書10:24-25

又要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。你們不可停止聚會，好像那些停止慣了的人，倒要彼此勸勉，既知道那日子臨近，就更當如此。



第五課

你的評量及成長計劃

營地聚集

- 你在這課程中最大的得著是甚麼？
- 屬靈健康評檢的結果，有沒有使你感到驚嘆的地方？

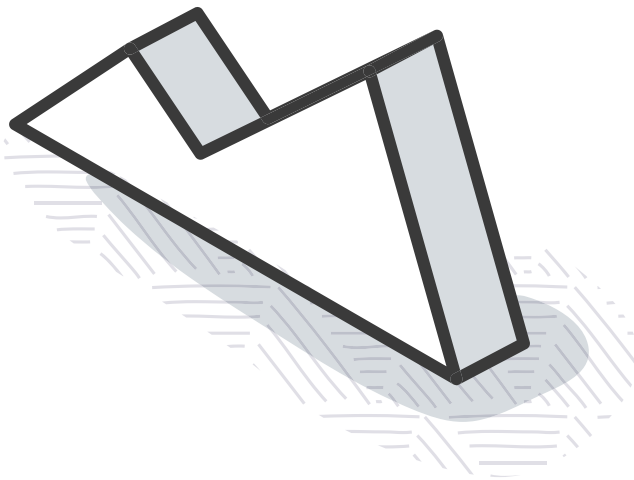
為氧氣瓶充氣

上帝啊，

再次感謝祢，為著某個原因，把我們每一個帶到這小組！我們未必時刻明白為祢在我們生命中作工的整個局面，但我們相信祢正在作工，讓我們成長得更像基督。今日，求祢藉我們每個人說話，賜我們智慧去學習、分享和聆聽。

奉耶穌名求，

阿們。





展開旅程

一同閱讀這些經文。把你認為特別的圈出或加上橫線，在你感到有趣、不明白或引起你的好奇心的部分打個問號。閱讀完畢，花幾分鐘回應以下問題。

- 這些經文在兩個不同背景和地方寫成，寫給兩班不同的對象，在歷史上相隔約 1,000 年 — 然而，兩者傳遞的信息相若。你認為這兩段經文的中心思想是甚麼？
- 你認為你的小組如何生活出這些經文的原則？



與嚮導對談 (觀看影片)

希伯來書 10:24-25

又要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。你們不可停止聚會，好像那些停止慣了的人，倒要彼此勸勉。

傳道書 4:9-12

兩個人總比一個人好，因為二人勞碌同得美好的果效。

若是跌倒，這人可以扶起他的同伴；

若是孤身跌倒，沒有別人扶起他來，這人就有禍了。

再者，二人同睡就都暖和，一人獨睡怎能暖和呢？

有人攻勝孤身一人，若有二人便能敵擋他；

三股合成的繩子不容易折斷。

有關你的分享的實用指引

要和你的組員分享你的評檢結果和計劃，你或會感到害怕。沒問題的！開始我們的討論前，我們一同看看有關分享的幾項指引。

- 只分享你 _____ 。
- 給予 _____ 地聆聽。
- 一同 _____ 。
- 彼此 _____ 。



問題討論

1. 看看影片中討論的四個實際指引。哪一項指引對你最易實踐？哪一項最具挑戰性？
2. 像屬靈健康評檢這種自我評量有何目的？它們能帶來甚麼好處？
3. 如你感到自在，可花5至10分鐘分享你們的屬靈健康評檢結果。你有哪些強項？最希望在哪些方面成長？因應你的結果，你會採取哪些行動步驟？
4. 在制定你的成長計劃時，你有沒有找來屬靈夥伴幫忙？他／她是誰？那次經驗是怎樣的？
5. 在這課程完結後，我們可以甚麼方法，在我們的屬靈成長旅程上互相支持？



鍛鍊你的技能

現在你已完成自我評估、制定並跟你的小組分享你的計劃。下一步會做甚麼？選擇五項「爬、走、跑」活動（為每個目的各選一項），然後寫下來。按你的清單禱告，與你的屬靈夥伴分享，然後把那些目的生活出來！



進深探討

如你還未讀過華理克牧師的《標竿人生：我究竟為何而活？》（The Purpose Driven Life. What on Earth Am I Here For?），請你細讀這著作。它是一本指南，讓你活出上帝給你生命的五個目的。



仰望高峰

感謝上帝帶領你來到這個小組，向你展示特意懷著目的去生活的意義。祈求上帝推動小組的每名成員，忠誠並持續地活出他們的成長計劃。



資源

小組研讀

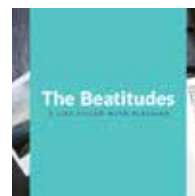
FOUNDATIONS (基礎)

學習建基和植根於上帝的話中，雙腳牢牢扎根在真理上。對你所相信、你為何相信，還有（最重要的一點）它為何攸關重要。這三方面都變得充滿信心。Foundations: Core Truth to Build Your Life On (「基礎：讓你建立生命的核心真理」) 由霍利德牧師和華凱怡 (Pastor Tom Holladay and Kay Warren) 主講，以循序漸進的方式，讓你明白成為基督跟隨者的必要條件。



THE BEATITUDES (八福)

在這套小組課程中，歐巴迪牧師 (Pastor Buddy Owens) 逐節經文細談耶穌最著名的教導 — The Beatitudes: A Life Filled with Blessing (登山寶訓：滿有祝福的生命)。耶穌的工作不單是與上帝和好，為使你能進入天國；祂的工作也包括與上帝和好，好使你能真正活於世上。每次課堂簡單而深入的討論問題，將帶領你的小組進入你前所未試的豐富對話。



40 DAYS OF PRAYER (禱告四十日)

在你生命中釋放禱告的力量！上帝希望幫助你面對你遇上的不確定狀況。祂隨時願意讓你有所突破，但這不會就此發生；突破是在你藉著禱告尋求時才發生。40 Days of Prayer「禱告四十日」將助你孕育強大的禱告生活，並在你的關係挑戰、財務困難、不良習慣、健康危機和生命中許多其他範疇中經歷突破。



博客(PODCASTS)

DRIVETIME DEVOTIONS (英文)

在Drivetime Devotions (車上靈修)，霍利德牧師(Pastor Tom Holladay)教導我們上帝的道，以及如何付諸實踐。博客一星期五天，每天收聽一次。這樣，即使你每星期錯過了兩集，仍能保持進度。我們相信每日閱讀一小部分上帝的道，比起每星期閱讀一次，每次閱讀更多內容來得更好。閱讀聖經就像吃東西 — 每天小吃多餐，比起一星期吃一次大餐更健康！



DOABLE DISCIPLESHIP (英文)

Doable Discipleship (可行的門徒訓練) 是馬鞍峰教會的博客和YouTube節目，

透過資訊性對話和可行的下一步，幫助你加深和上帝之間的友誼。加入馬鞍峰屬靈成長團隊論盡各樣話題，由世界觀、耶穌的比喻，到種族、福音，還有更多。新集數每逢星期二在YouTube或你喜愛的博客應用程式播放。



THE WELL (英文)

The Well (井) 是馬鞍峰教會的博客和YouTube節目，透過導引禱告和經文反思，把上帝豐盛的生命注入你的生命。馬鞍峰屬靈成長團隊為你帶來這最新的博客，讓你有機會每星期進行個人退修。這些短短的節目讓你稍作停頓，放鬆，重新專注在上帝的道和祂在你身上所作的工。



給小組主持的建議

恭喜！作為你小組的主持，你回應了幫助牧養耶穌羊群的呼召。在上帝的家庭中，很少有其他任務能超過你將要作出的貢獻。在你準備主持你的小組時，無論是一次會議還是整個系列，請記住以下幾點。

請緊記，你並不孤單。上帝知道你的一切，也知道你會被邀請去主持你的小組。你或者覺得自己未準備好；每位好的小組主持都有過這想法！上帝曾應許：「我決不撇下你，也不離棄你。」（希伯來書13:5，聖經新譯本）。無論你要主持一個晚上、數星期甚或畢生的小組，你也會因你的事奉而蒙福。

記住你並不孤單。上帝知道你的一切，祂知道你會被要求幫助你的團隊。你或會感到還沒有準備好；這是所有盡責的主持都有過的想法！上帝曾應許：「我決不撇下你，也不離棄你。」（希伯來書13:5，聖經新譯本）。無論你是在一個晚上、幾個星期還是一生中主持小組，你的服侍都會蒙受祝福。

1. **不要試圖獨力帶領小組。現在就祈求上帝幫助你去建立一個健康的團隊。** 如果你可以找到一個夥伴來輔助你牧養小組，你的經歷將會更加豐富。你可以藉此機會來盡量讓更多人參與，去建立一個健康的小組。你只需開口請求別人幫忙，得到的回應會令你喜出望外。
2. **態度友善，活出真我。上帝要使用你獨一無二的恩賜和個性。** 務必以燦爛的笑容在門口迎接組員 — 這樣可以為整個聚會營造良好的氣氛。請記住，他們正踏出一大步，鼓起勇氣來到你主持的小組，就正如你鼓起勇氣去主領一個小組！無需嘗試模倣其他小組主持的做法，只要以適合你的風格去帶領小組就好。在你不知道答案的時候，就大方承認；而在你犯錯時，就要道歉。你的小組會因此而喜愛你，而你也能安枕無憂。
3. **預先為聚會作準備。** 回顧那一課內容，寫下你對每個問題的回應。特別留意「付諸實行」部分，專注在運用你在每一課所學。這部分亦會幫助你的小組活出聖經的教導，而非空談。
4. **為每一位小組成員提名禱告。** 在你的組員來到前，花點時間為每位成員提名禱告。每週至少一次翻閱「禱告和感恩報告」。祈求上帝使用你們相聚的時間，去感動每位組員的心。期待上帝帶領你去靠近祂希望你去鼓勵或挑戰的組員。假如你細心聆聽，上帝必會帶領。

5. **當你提出問題時，要有耐心。總會有人回應的。** 有時候人們需要沉默片刻來思考問題。如果你自己不介意冷場，別人也就不會介意。當有人回應之後，以一句簡單的「謝謝」或是「答得很好」來予以肯定。然後問：「其他人又有甚麼想法？」或「有沒有未曾分享的人想補充？」特別要體諒新成員，或是那些還不想發言、祈禱、或什麼都不想做的人。如果你給他們一個有安全感的環境，他們會逐漸敞開心懷。如果你的小組有些人如局外人那樣，每一節聚會都只是安靜地坐著，可考慮和他們私下傾談，並鼓勵他們參與。讓他們感受到你的重視 — 感受到愛和欣賞，也體會到整個小組是何等重視他們的想法。請記住：靜水深流，大智若愚。
6. **在問題之間，加插一些銜接轉折。** 請一位組員讀出一個段落或聖經經文，不要指定哪一位，而是要求自願的人，耐心的等到有人開始。務必要感謝那位讀出經文的組員。
7. **偶爾分成更細的小組。** 人數越少，大家就有越多機會發言，並將會更加深入研習課程內容，更快地學以致用，從而在小組歷程中收穫更豐富。一個細小的圈子更可以鼓勵安靜的組員參與討論，減少被健談和多言的組員所主導。
8. **細小的圈子對於禱告時間也有好處。** 那些不習慣開聲禱告的人，會比較喜歡只跟另外兩三位組員一起祈禱。你們也毋須花很長時間去分享代禱事項，大家將會有更多的時間實實在在的祈禱。當大家再回到整個小組時，可以從每一個圈子派出代表，簡單分享各圈子的代禱事項。小圈子的其中一個作用，是促進領導力的發展。當你要求組員去帶領討論或禱告，都讓組員邁出領導的一小步，從而建立他們的信心。
9. **偶爾輪替主持人。** 即使你每次帶領小組都極為稱職，但假如你給其他人機會去主持小組，將會幫助他們增添信心和恩賜。
10. **最後一項挑戰（針對新主持或初次主持）。** 在你第一次有機會領導之前，請逐一查看下面列出的六篇經文。把每一篇經文都當作一項靈修操練來閱讀，以幫助你預備一顆牧羊人的心。在這一點上，請相信我們。如果你這樣做，你就會為你的第一次聚會做好充分的準備。

馬太福音 9:36-38

他看見許多的人，就憐憫他們；因為他們困苦流離，如同羊沒有牧人一般。於是對門徒說：「要收的莊稼多，做工的人少。所以，你們當求莊稼的主打發工人出去收他的莊稼。」

約翰福音 10:14-15

我是好牧人，我認識我的羊，我的羊也認識我，好像父認識我，我也認識父一樣；並且我為羊捨命。

彼得前書 5:2-4

務要牧養在你們中間的上帝的羊群，按著上帝的旨意看顧他們。不是出於勉強，而是出於甘心；不是因為貪財，而是出於熱誠；也不是要轄制託付你們的羊群，而是作他們的榜樣。到了牧長顯現的時候，你們必得那永不衰殘的榮耀冠冕。

腓立比書 2:1-5

所以，在基督裏若有甚麼勸勉，愛心有甚麼安慰，聖靈有甚麼交通，心中有甚麼慈悲憐憫，你們就要意念相同，愛心相同，有一樣的心思，有一樣的意念，使我的喜樂可以滿足。凡事不可結黨，不可貪圖虛浮的榮耀；只要存心謙卑，各人看別人比自己強。各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事。

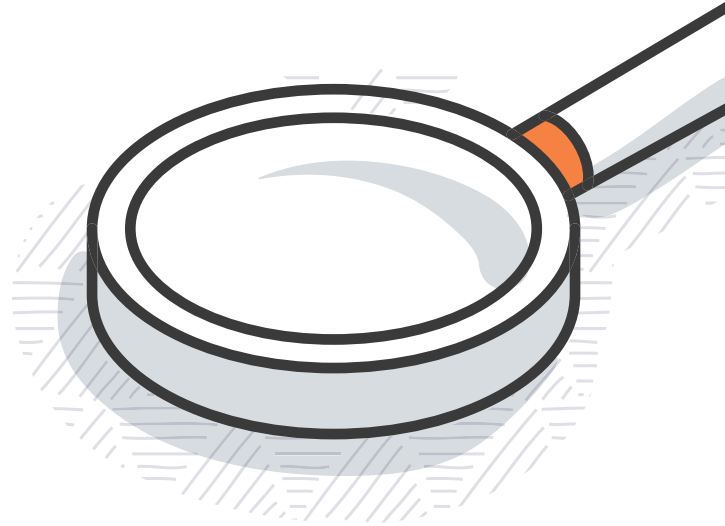
你們當以基督耶穌的心為心。

希伯來書 10:23-25

也要堅守我們所承認的指望，不致搖動，因為那應許我們的是信實的。又要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。你們不可停止聚會，好像那些停止慣了的人，倒要彼此勸勉，既知道那日子臨近，就更當如此。

帖撒羅尼迦前書 2:7-8, 11-12

只在你們中間存心溫柔，如同母親乳養自己的孩子。我們既是這樣愛你們，不但願意將上帝的福音給你們，連自己的性命也願意給你們，因你們是我們所疼愛的……你們也曉得，我們怎樣勸勉你們，安慰你們，囑咐你們各人，好像父親待自己的兒女一樣，要叫你們行事對得起那召你們進他國、得他榮耀的上帝。



常見問題

這個小組會維持多久

這個課程共有五課。我們鼓勵你的小組額外增加一次聚會作為慶祝活動。在最後一堂裡，每位組員可以決定他們是否希望繼續參與下一次課程，同時你也可以藉此機會進行非正式的評估，討論你的小組指引，並決定接下來要研習的主題。

建議你瀏覽我們的網站 saddleback.com/watch 以取得更多以影片為基礎的小組研習。

誰可以作小組主持？

小組主持是負責協調和帶領小組聚會的人。除了一個小組主持之外，我們鼓勵再選出一個或多個組員來帶領你的分組討論。其他的職責可以由各組員輪流負責，包括茶點、代禱事項、敬拜、或跟進那些缺席的組員。分擔責任可幫助每個人成長。

我們在哪裏尋找新的組員？

招募新成員對小組來說有時是個挑戰，特別是在只有寥寥數人的新成立小組，或是現有小組慢慢流失了幾位成員的時候。我們鼓勵你運用本研習指引第47頁的生命之環圖表，想想在你的工作間、教會、學校、鄰舍、家庭等，列出一些人名，然後按著這名單逐一為他們禱告。讓每名組員邀請其名單上的幾個人來。一些小組擔心新人將會擾亂他們一直以來培養出的親密友誼。然而，歡迎新成員的小組大多能透過加入新血而增添力量。請記住，下一個加入的組員可能會成為你永恆的朋友。後勤方面，小組會尋找不同的方法去增添組員。有些小組長期公開招募，有些則選擇定期加入新組員，例如在一個課程開始或完結的時候。假如你的小組人數太多，不便進行面對面的輕鬆談話，你可以分拆小組，另闢一個房間進行另一個小組討論。

我們如何在小組聚會時，同時照顧兒童？

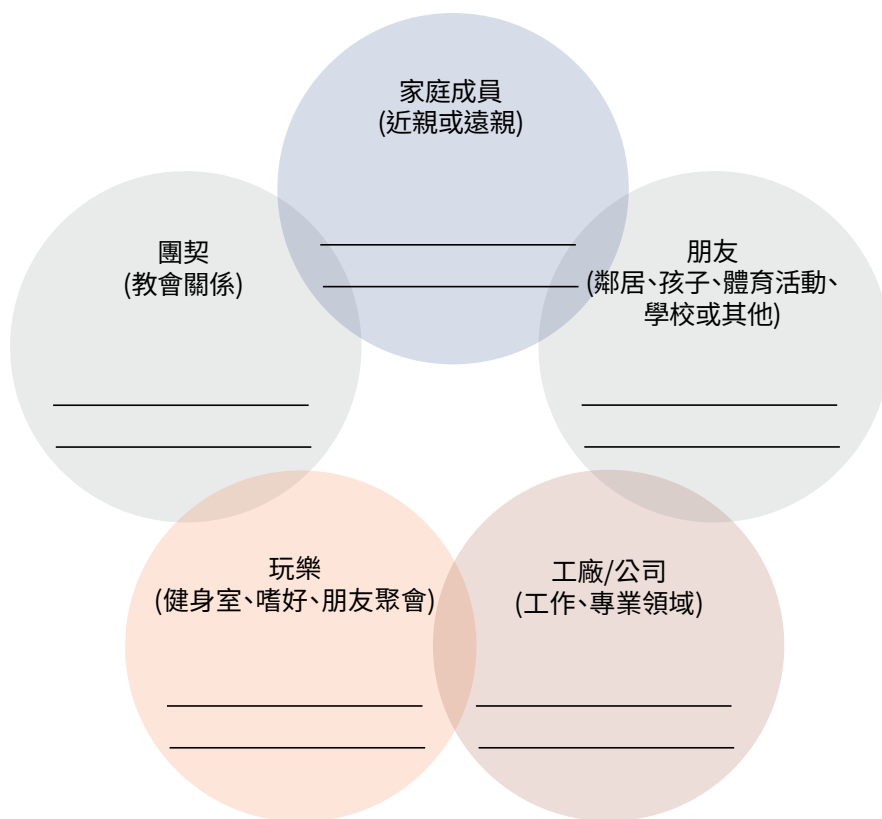
在託兒安排方面的需要，必須非常小心地處理。這是一個敏感的問題。我們建議你作為一個團隊尋求具創意的解決方案。一個常見的解決方案是讓成年人在客廳聚會，並分擔一名（或兩名）保姆的費用，保姆可以在房子的另一部分陪伴孩子。另一種受歡迎的選擇是為孩子們提供一個受監督的家，為成年人（在附近）提供第二個家。如果需要，成人可以輪流為孩子們上課。最後一個選項非常適合學齡兒童，對家庭來說是一個巨大的祝福。



生命圈

發掘你可聯繫社區內的哪些人

利用這圖表幫助你實踐小組指引中的其中一項價值：「歡迎新人」。



跟從這個簡單的三步曲：

1. 在每個圓圈中，寫下一、兩個名字。
2. 敬虔地從你的名單中選出一個或幾個名字，向你的組員介紹他們。
3. 給他們打個電話，並邀請他們參與你們下次的聚會。超過百分之五十的人會接受出席小組的邀請。

小組指引

讓每個小組都用言語表達他們共同的價值觀、期望和承諾，是一件好事。這些指引會幫助你避免一些潛藏的目標和未達到的期望。我們建議你在聚會時討論你們的指引，為日後健康的小組體驗奠定基礎。可以隨時修改不適用於你小組的項目。

我們同意以下價值觀：

明確目的

通過建立一個仰望健康的小組群體，培養健康的屬靈生命

小組出席率

以參與小組聚會為優先（如果我要缺席或遲到，要打電話或發短信通知）

安全的環境

建立一個具安全感的環境，讓人們在這裡能感覺到被愛、被聆聽（沒有輕率的回應、片面的論斷、或周詳欠奉的解決方法）

保密

任何在小組裡分享的事情，要絕對保密，不可外洩

調解衝突

避免閒言閒語，並且盡快按照馬太福音 18:15-17 的原則去解決任何問題

屬靈健康

讓小組成員有機會說出造就我生命的說話，幫助我活出健康、均衡的屬靈生命，使上帝喜悅。

節制我們的自由

節制我們的自由，不會在小組聚會或活動時提供或飲用酒精飲品，以免令意志較薄弱的弟兄姊妹跌倒。（哥林多前書 8:1-13；羅馬書 14:19-21）

歡迎新人

邀請有可能受惠於這次研習的朋友參加，並且熱情地歡迎新來的人。

建立關係

逐漸認識其他組員，定期為他們祈禱

其他 _____

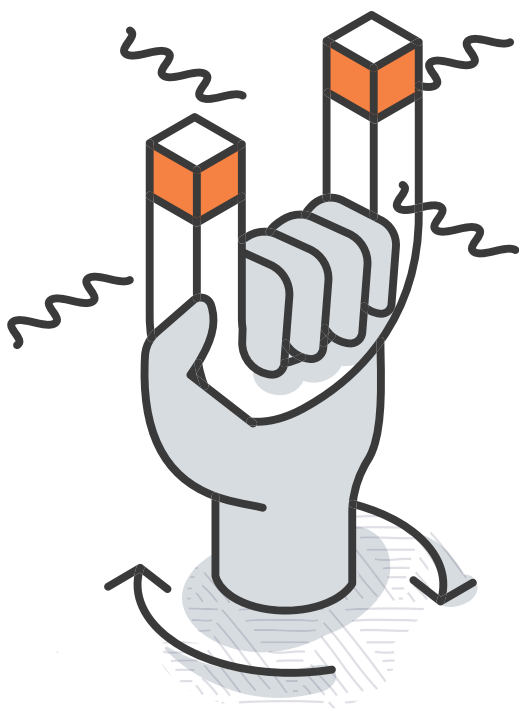
我們亦討論和同意以下事情：

託兒安排 _____

開始時間 _____

結束時間 _____

如果你還沒有這樣做，請花幾分鐘時間填寫第 51 頁上的**小組行事曆**。



我們的禱告和感恩

在這裡你可以寫下彼此的代禱請求。當上帝回應了一個禱告時，你亦可以在這裡加上備註。為彼此的代禱事項而禱告。假如你並不習慣集體禱告，可以默禱或以簡單一句話祈禱：

「上帝，求祢幫助…… _____ 去 _____。」

日期	人物	代禱事項	感恩報告

小組行事曆

健康的小組會分擔工作和責任，這可能需要一些時間去培養。分擔責任可確保小組的工作不會全落在一個人身上。利用行事曆來跟進社交活動、服侍項目、生日日期或假日。在你的第一次或第二次聚會時填好這個行事曆。事前的計劃可以增加出席率和分擔責任。

日期	課堂	地點	主持人	小食或正餐
	第 1 課			
	第 2 課			
	第 3 課			
	第 4 課			
	第 5 課			

答案

第一課

小組是甚麼？

- 一個你屬於的群體。
- 小組是認識你的群體。
- 小組是一個需要你的群體。
- 小組是彼此有共識去訂立期望的群體。
- 一個從中學習平衡上帝給你生命的五個目的的群體。

你的屬靈成長

上帝創造你去成長，在群體裡能夠得到最好的成長。

五個目的

- 「愛主」= 敬拜 或 使上帝喜悅。
- 「愛人如己」= 事奉 或 以上帝塑造你的獨特方式去服侍人。
- 「去使萬民作門徒」= 傳福音 或 向未認識上帝的人分享祂的愛。
- 「給他們施浸」= 團契 或 透過成為上帝家庭的成員享受有意義的關係。
- 「教導他們」= 門徒訓練 或 建立像基督的品格。

第二課

團契

- 真實：即是真誠、真心、真摯的分享。
- 相互關係：建立互惠關係，分擔責任，互相幫助。
- 同情：進入和分擔別人的痛苦。
- 憐憫：我們都會失足跌倒，要人幫忙重回正軌。

成為門徒

- 我們學得很慢。
- 我們要忘記很多學過的東西。
- 我們害怕謙卑面對關於我們自己的事實。
- 成長往往是痛苦和可怕的。
- 習慣需要時間去培養。

第三課

事奉

- 隨時可以服侍。
- 關注需要。
- 盡其所有、盡其所能。
- 以同等的熱誠完成每項任務。
- 忠誠對待自己的事奉。
- 保持低調。

傳福音

- 由自我中心的思維轉為以別人為中心。
- 由本地轉為國際的思想。
- 由此時此刻轉為永恆的思想。
- 由想出藉口轉為想出具創意的方式去實踐你的使命。

第四課

敬拜

- 討上帝喜悅就是敬拜。
- 敬拜遠遠不止是音樂。
- 敬拜不是為你的益處而做。
- 敬拜不是你生命的一部分，而是你的生命。

第五課

有關你的分享的實用指引

- 只分享你願意分享的東西。
- 給予支持地聆聽。
- 一同祈禱。
- 互相守望。





www.saddleback.com