



講道研習指引

缺欠的平安 (一)

思想的平安

胡安迪牧師

2022 年 12 月 11 日

請以禱告開始小組，按情況討論當中的問題。在禱告結束之前，請思考最後三個基本問題。

講道筆記

我如何在人生的混亂中體驗平安？

TalkitOver

「我要留給你們一份禮物，那就是心靈的平安。我賜給你們的平安，是這個世界無法給予的。因此你們不必憂慮，也不要害怕。」
約翰福音 14:27 (新普及譯本)

問題 1 你的思想與你的心、你的家和人類有甚麼關係？這與你的世界又有甚麼關係？用你自己的說話，描述在你內在混亂的情況下，如何體驗平安。誰會贏得最終控制權之戰，從而體驗平安？

問題 2 耶穌向我們保證，祂留下一份禮物——心靈的平安——這是超越所有理解的。我們想要體驗平安，然而，壓力和焦慮會奪走我們內心的平靜。在接下來的幾天、幾週和幾個月裏，我們可以採取哪些具體步驟，來在我們的心思意念中體驗上帝的平安？

TalkitOver

- 「平安」是一個有序和蒙福的生命，來自平靜安穩的內心
- 平安的爭戰是在內裏贏得的
- 內在的混亂，沒法從外在解決

「在我這裏的人，沒有誰能像提摩太那樣真誠地關心你們。其他人只是關心自己，並不關心耶穌基督的事。」
腓立比書 2:20-21 (新普及譯本)

「上帝也是這樣把我們的身體配搭在一起，讓那些不夠體面的肢體得到格外的尊重和照顧，使各肢體之間和諧融洽，好讓所有肢體得以互相關照。」哥林多前書 12:24-25 (新普及譯本)

問題 3 閱讀腓立比書 2 章 20-21 節和哥林多前書 12 章 24-25 節。對耶穌重要的事對我們也應該重要。上帝應許當我們關心祂重要的事情時，就會為祂的教會帶來和諧與平安。你可以開始做甚麼、繼續做甚麼和停止做甚麼，來關心對耶穌重要的事情？

TalkitOver

焦慮與關注的分別：

- 焦慮是持續的，關注是處境性的
- 焦慮是模糊的，關注是具體的
- 焦慮做出反應，關注做出回應
- 焦慮糾纏不休，關注付諸行動

問題 4 請與組員分享一個現在令你**焦慮**或**關注**的情況。討論當中帶來**焦慮**（持續的、模糊的、做出反應、糾纏不休），還是**關注**（處境性的、具體的、做出回應的和付諸行動）。

選擇思想的平安

TalkitOver

1. 我會與上帝談論我的問題
2. 我要感謝上帝的幫助
3. 我要訓練思想，在真理中安營

「你們要靠主常常喜樂！我再說，你們要喜樂！當叫眾人知道你們謙讓的心。主已經近了。應當一無掛慮，只要凡事藉着禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神。」 腓立比書 4:4-6 (和合本)

「神所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裏，保守你們的心懷意念。弟兄們，我還有未盡的話：凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的，若有甚麼德行，若有甚麼稱讚，這些事你們都要思念。你們在我身上所學習的，所領受的，所聽見的，所看見的，這些事你們都要去行，賜平安的神就必與你們同在。」 腓立比書 4:7-9 (和合本)

問題 5 當我們讓破壞性的想法（空虛、破碎和來自仇敵的謊言）佔據我們的思想，除了與上帝談論我們的問題，並感謝祂的幫助外，我們如何使用腓立比書 4 章 7-9 節訓練我們的思想在真理中安營？

TalkitOver

「星期六傍晚，安息日結束了，抹大拉的馬利亞、雅各的母親馬利亞和撒羅米出去買了殯葬用的香料，好膏抹耶穌的遺體。星期日清晨，太陽剛升起來，她們就到墳墓去了。路上她們還彼此問：『誰能幫我們挪開墓口那塊大石頭呢？』可是當她們到了以後，抬頭一看，發現那塊巨石已經滾到了一旁。」 馬可福音 16:1-4 (新普及譯本)

問題 6 有些事我們能做，有些事只有上帝能做。馬可福音 16 章 1-4 節描述了門徒擔心如何挪開石頭，這對他們來說顯然是不可能的。上帝把這塊沉重的石頭移到一邊。我們往往會擔心我們自己無法解決的問題，因只有上帝才有能力解決這些問題。談談你正糾纏的一塊「沉重的石頭」，但原來是應該交給上帝、只有祂能做到的。

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？