

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

「勇氣」是做出艱難而正確選擇的能力，不惜付出巨大的個人代價

#### 上帝的信實是我們信心的根基

「在此期間，抬上主約櫃的祭司們站在河牀中央的乾地上，等民眾從他們身邊走過，直到以色列人全部從乾地上走過約旦河。」  
約書亞記 3:17 (新普及譯本)

「抬約櫃的祭司站在河中央，直到約書亞從摩西領受的一切命令，也就是上主的命令，執行完畢。同時，民眾迅速走過河牀。」  
約書亞記 4:10 (新普及譯本)

#### 如何操練放慢腳步，建立勇氣

##### Talk it Over

##### 1. 操練暫停

屬靈操練：每天與耶穌單獨相處

「民眾全都過河以後，上主對約書亞說：『現在你們要選出十二個人，每個支派選一人，吩咐他們說：從約旦河中央祭司所站的地方取十二塊石頭，帶到今晚你們要紮營的地方堆疊起來。』」  
約書亞記 4:1-3 (新普及譯本)

**問題 1** 我們通常將勇氣與行動聯繫在一起。花時間放慢腳步和等待，如何建立勇氣？分享一個在你的靈性旅程中操練暫停，並讓心靈平靜下來的例子。這對你與上帝的關係有何影響？

**問題 2** 你曾否經歷在某些事情完結後，你才意識到上帝的手介入其中？當你停下來留意今天發生在你周圍的事情，你是否看到一個意想不到的人、事或地方，讓你看到上帝在作工？

##### Talk it Over

##### 2. 抵抗壓迫的東西

屬靈操練：守安息日

「吩咐他們說：你們到約旦河中央去，在上主你們上帝的約櫃前，每人撿一塊石頭，扛在肩上帶回來，共十二塊，以色列十二個支派各一塊。我們要用這些石頭建造一個紀念碑。將來你們的子孫會問你們：『這些石頭是甚麼意思呢？』你們就可以告訴他們：『這些石頭提醒我們，上主的約櫃過河的時候，約旦河曾經斷流。』這些石頭要在以色列民中間作永遠的紀念。」  
約書亞記 4:5-7 (新普及譯本)

**問題 3** 我們大多數人都經歷過不斷追趕的忙碌生活。分享一些壓迫你的東西，在你抵抗後卻能從中得益。

**問題 4** 遵守安息日似乎違反常理。每週放假一天，提醒我們不回電郵、不看短訊...等，其實也沒關係。練習守安息日如何幫助我們把上帝放在首位，並恢復生命的平衡？

### Talk it Over

#### 3. 將上帝的應許個人化

**屬靈操練：寫下感恩日記**

「因為耶和華你們的神在你們前面使約但河的水乾了，就如耶和華你們的神從前在我們前面使紅海乾了，直到我們全都過了河，要使地上萬民都知道，耶和華的手大有能力，也要使你們永遠敬畏耶和華你們的神。」  
約書亞記 4:23-24 (和合本/意譯)

**問題 5** 當以色列人完成渡過約旦河，為甚麼每個支派的族長，從約旦河中間取一塊石頭是很重要的？擁有十二塊石頭意味着甚麼？為甚麼當我們與上帝同行，我們仍需要這些石頭來紀念祂實現了的應許？你有甚麼信仰故事，可以幫助你建造和個性化你的石頭花園？

**問題 6** 回顧上帝在你和你周圍的人作工的歷史。分享一些對你來說是很突出的東西。寫感恩日記來記住上帝信實的作為，如何影響你順服的勇氣？

#### 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？