

## 生活专题： 1. 挫折感

时间 2014 年 1 月 17, 18 日

### 一 欢迎 (10 分钟)

1. 这是一段大家彼此放松，以轻松的话题使大家的心思意念能离开属世的繁忙，为查考神话的话预备心。带领者也可用破冰游戏来开始。

(破冰游戏可参考网站：

2. 带领者介绍新来宾 (请在聚会前确认来宾名字)

### 二 唱诗和祷告 (15 分钟)

带领者唱预先准备好的诗歌敬拜神，并为带领大家或预先指定组员为以下事项祷告。

1. 所认领的宣教士，宣教机构\_\_\_\_\_ 代祷事项 (TBD)

2. 教会事工代祷

1) 为宣道组 2014 年事工推动、教会短宣祷告：春令会 (3/28-3/30)；台湾乡福英语营 (6/28-7/12)；乌克兰 (夏)；南非 (7/4-14)；巴西 (7/22-8/4)；美中校园 (9/5-14)；乡福福音队 (November)；乌克兰 (冬)。

2) 新堂内部设计图修改送市政府审批能核准

3) 英文堂 Snow Retreat 于 2/15-18 举行，请为筹备事项、同工及青少年报名参加顺利祷告。

### 三 主日讲道回应 (15 分钟)

(1 月 12 日主日讲道大纲)

1. 上主日信息那一点你印象最深？为什么？

2. 你对主日信息的回应是什么？有何实际行动？

四. 本周生活主题：挫折感 (40 分钟)

1. 挫折无人能免

以下圣经人物，你知道他们遇到什么挫折吗？请填入号码。

耶稣	约翰	约瑟	巴拿巴
大卫	雅各	保罗	亚伯拉罕
摩西			

1) 传福音时，被人讥笑说：我们再听你讲这个吧。(徒 17)

2) 被迫在王面前装疯作傻，以保安生命。(可 14)

3) 连哥哥姐妹都一度误会，反对自己。(民 12)

4) 被亲兄弟当作奴仆出卖(创 37)

5) 为一座城祷告，该城仍被灭(创 18)

6) 被哥哥追杀，餐风露宿逃亡(创 27)

7) 与同工意见不合，分手，代马可往居比路(徒 15)

8) 希望主得国时，坐在主左右，被主责备(可 10)

9) 在本家故乡传道不被尊重(可 6)

### 2. 挫折知多少？

以下难处甚为普遍，请选出三个你认为最严重的挫折。

\_\_\_ 与配偶失和或子女与父母关系不好。

\_\_\_ 与老板关系不好

\_\_\_ 工作压力大

\_\_\_ 经济上的重大困难

\_\_\_ 被人冤枉，被主内弟兄姊妹误会

\_\_\_ 身体失去健康

\_\_\_ 团契或小组事工甚难推动，没有同工帮助

\_\_\_ 圣经标准很高，信主多年，始终达不到标准

你曾经经历过这些挫折吗？请分享你怎样处理挫折感？

### 3. 个人反应不同

碰上挫折，下列那两个是人类自然的反应？那两个是基督徒不该有的反应？

1) 生闷气； 2) 没心情工作； 3) 睡大觉忘记它

4) 出去郊游，散心； 5) 抱怨神不公平

6) 想换一个工作环境； 7) 发洩； 8) 常常问“为什么”？ 9) 不管，不想“它”； 10) 其它\_\_\_\_\_

### 4. 你的看法如何？

下列七题，对的打 o，错的打 x，半对半错打 -

1) 主耶稣从来不曾遭遇挫折

2) 挫折越少，表示灵性越成熟

3) 挫折同时具有建设性与破坏性，只看当事人的态度

- 4) 沒有任何問題就是幸福，快樂
- 5) 在重重困難中，喜樂是可能的
- 6) 與挫折奮鬥對人生有益
- 7) 我最近遭遇特別困難，可能是神在警告我走在祂旨意之外

請分享你作 - 的一題，或是最有感触的一題。

### 1. 處理挫折的方法

- 1) 祈禱求主除去困難
- 2) 找朋友交通，訴苦
- 3) 與神爭辯，埋怨主
- 4) 反省自己有什麼地方錯了
- 5) 主啊，祢要我學什麼功課
- 6) 處之泰然，因事奉本來就有十架
- 7) 讓時間沖淡記憶，彌補傷痕
- 8) 憑信心相信神有美意
- 9) 分析事情發生的因果作以後參考
- 10) 其它\_\_\_\_\_

你面對挫折，最常用那一個方法，請分享你的見證。

### 2. 看看聖經給我們生命啟示：

羅 5:8 惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，神的爱就在此向我們顯明了。

彼前 4:12-13 親愛的弟兄啊，有火煉的試驗臨到你們，不要以為奇怪（似乎是遭遇非常的事），倒要歡喜；因為你們是與基督一同受苦，使你們在他榮耀顯現的時候，也可以歡喜快樂。

羅 5:3-4 不但如此，就是在患難中也是歡歡喜喜的；因為知道患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望。

林後 12:8-9 上 為這事，我三次求過主，叫這刺離開我。他對我說：「我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。」

林後 4:17 我們這至暫至輕的苦楚，要為我們成就極重無比、永遠的榮耀。

提後 2:13 我們纵然失信，他仍是可信的，因為他不能背乎自己。

路 10:2 下 父啊！是的，因為你的美意本是如此。

來 12:5-6 你們又忘了那勸你們如同勸兒子的話，說：我兒，你不可輕看主的管教，被他責備的時候也不可灰心；因為主所愛的，他必管教，又鞭打凡所收納的兒子。

### 五 分組禱告（10 分鐘）

兩三人成為一個禱告小組彼此禱告

以下為建議的禱告事項

1. 組員的需要：病痛，工作，家庭，子女
2. 教會的需要
3. 國度 - 宣教，福音事工

下次聚會內容與時間：1 月 24, 25 日，福音聚會