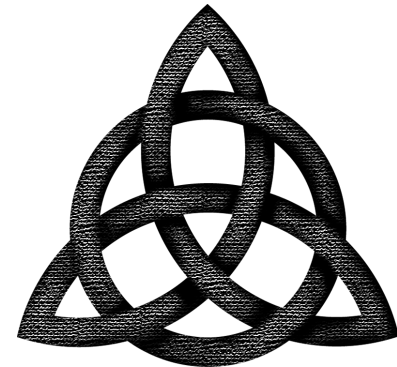


三人行手冊



主恩基督教會

三人行 (6)

耶和華說：我知道我向你們所懷的意念，是賜平安的意念，不是降災禍的意念，要叫你們末後有指望。耶 29:11

破冰：

在大流行疫情中你最思念的食物？

活動：

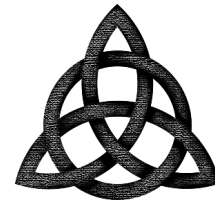
各人分別選擇一個 3 分鐘短片，讓大家開懷大笑。

討論：

如何每天找一些事情讓你輕鬆快樂？

禱告：

彼此分擔困難、互相禱告代求



三人行

三股合成的繩子，不容易折斷。
傳 4:12

-三人行可以在疫情期間，讓教會弟兄姊妹保持聯絡。聚會可在安全指引下面聚或網聚，彼此同喜樂、同哀哭、同分擔、同禱告。

-一本小冊子是提供各位一個起步點，歡迎隨意選用：每周一次，每次即使是半小時，也不忘以禱告分享為結束，完成 12 週後，可隨意增多 6 至 12 週的聚會。現教會提供 6 次聚會資料，之後各位可自行決定意向。

-聚會可在不同時間進行以下建議的活動：如讀經，背誦金句，為各人、社區、宣教士禱告；又或散步，遠足，分享讀書心得，自傳討論等等。目的是三人同行，不叫一人孤單獨行。



三人之約

三人之約是承諾相互保密、信任及充滿同理心的生命交流。

除得個人允許外，切勿與其他人分享，以確保尊重個人私隱安全。

聚會要全程投入，不受外界分心，以組為優先，關懷組員為上，努力跟隨基督的榜樣！

三人行 (5)

這稱為我名下的子民，若是自卑，禱告，尋求我的面，轉離他們的惡行，我必從天上垂聽，赦免他們的罪，醫治他們的地。歷下 7:14

破冰：

分享一次神允許你的禱告經驗

活動：

同讀馬太福音 6:9-13 主禱文

討論：

你與神溝通時有什麼感覺？

主禱文那一部份需要你融入在個人禱告生活中？

禱告：

彼此分擔困難、互相禱告代求



三人行 (4)

耶和華你的神，是施行拯救，大有能力的主，他在你中間必因你歡欣喜樂，默然愛你，且因你喜樂而歡呼。番 3:17

破冰：

你如何為大流行疫情受控而慶祝？

活動：

同讀雅各書 1:2-4

討論：

你曾在訴訟中經歷過喜樂嗎？

為何在訴訟經歷中那麼困難看到好處？

你從哪裏在大流行疫情中看到神？

禱告：

彼此分擔困難、互相禱告代求

三人行 (1)

三股合成的繩子，不容易折斷。傳 4:12

破冰：

請分享疫情期間你最稱心的一天

活動：

同讀三人之約

討論：

這約對你有什麼的意義？

那部份對你最重要？

那部份對你最具挑戰？

禱告：

彼此分擔困難、互相禱告代求



三人行 (2)

你們要休息，要知道我是神！我必在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。詩篇 46:10

破冰：

你作了什麼最好的調整適應，使你的日常生活更容易輕省？

活動：

同讀詩篇 46 全篇

討論：

你覺得現在比以前更難感覺到神的同在嗎？

你的想法為何：

當你感覺生活失控時，你一般的反應是怎樣？
詩人認為是要休息，你覺得為什麼？對你有什麼幫助？

禱告：彼此分擔困難、互相禱告代求



三人行 (3)

你要盡心、盡性、盡力、盡意愛主你的神；又要愛鄰舍如同自己。路 10:27

破冰：

在過去數月裏，誰是你最大的衝擊？可以是正、負面

活動：

同讀路加福音 10:25-37 好撒瑪利亞人的比喻

討論：

過往曾有人是你的鄰舍嗎？

耶穌基督形容的好鄰舍有什麼特點？

在你過往的生活中，你曾作別人的

好鄰舍嗎？

禱告：

為你的鄰舍禱告祈求，求神啟發引導你關心他們。

