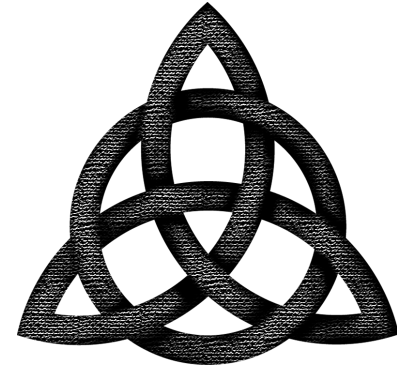


# 三人行手册



主恩基督教会



## 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，要叫你們末后有指望。

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，讓大家开怀大笑。

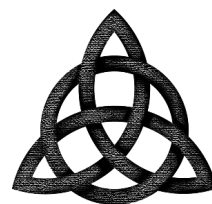
### 討論:

如何每天找一些事情讓你輕鬆快樂？

### 禱告:

彼此分担困难、互相祷告代求

## 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、同分担、同禱告。

-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 周後，可隨意增多 6 至 12 周的聚會。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。



## 三人之约

三人之约是承诺相互保密、信任及充满同理心的生命交流。

除得个人允许外，切勿与其他人分享，以确保尊重个人隐私安全。

聚会要全程投入，不受外界分心，以组为优先，关怀组员为上，努力跟随基督的榜样！

## 三人行 (5)

这称为我名下的子民，若是自卑，祷告，寻求我的面，转离他们的恶行，我必从天上垂听，赦免他们的罪，医治他们的地。历下 7:14

### 破冰:

分享一次神允许你的祷告经验

### 活动:

同读马太福音 6:9-13 主祷文

### 讨论:

你与神沟通时有什么感觉？

主祷文那一部份需要你融入在个人祷告生活中？

### 祷告:

彼此分担困难、互相祷告代求



## 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？

你從哪里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)

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

### 破冰:

你作了什么最好的调整适应，使你的日常生活更容易轻省？

### 活动:

同读诗篇 46 全篇

### 讨论:

你觉得现在比以前更难感觉到神的同在吗？

你的想法为何:

当你感觉生活失控时，你一般的反应是怎样？诗人认为是要休息，你觉得为什么？对你有什么帮助？

**祷告:**彼此分担困难、互相祷告代求

## 三人行 (3)

你要尽心、尽性、尽力、尽意爱主你的神；又要爱邻舍如同自己。路 10:27

### 破冰:

在过去数月里，谁是你最大的冲击？可以是正、负面

### 活动:

同读路加福音 10:25-37 好撒玛利亚人的比喻

### 讨论:

过往曾有人是你的邻舍吗？

耶稣基督形容的好邻舍有什么特点？

在你过往的生活中，你曾作别人的好邻舍吗？

### 祷告:

为你的邻舍祷告祈求，求神启发引导你关心他们。

