

## 小组聚会程序

2026 年 第 18 周 (2026 年 5 月 3 日 – 2026 年 5 月 9 日)

### A. 欢迎 Welcome (15 分钟) : 【组长带领或事先指派一位组员带领, 让他有时间预备。】

用经文彼此祝福

方法:

1. 分两人一组。
2. 主持人准备一些圣经卡或自行准备 (应许的经文如 - 诗篇 23:1), 让每人抽一张。
3. 用抽到的圣经卡为对方祝福。

### B. 敬拜 Worship (15 分钟) : 【带领敬拜的人要控制时间、带领大家祷告。若圣灵感动组员有知识的言语, 组长可以让领受的人按次序说出来。】

#### 我们来赞美耶和華

Lan Lang Lai O Lo la-Ho-Hoa

我们来赞美耶和華

Lan lang lai o lo la-ho-hoa

我们当敬畏祂的名

Lan lang tng keng ui l e mia

超乎万王之上的王

Chhiau ho' ban ong chi siong e  
Ong

万民都来赞美祂

Ban bin long lai o lo l

祂是我的帮助

l si goa e pang cho'

祂是我的力量

l si goa e lat liong

倚靠祂的人必永不失落

Oa kho l e lang pit eng boe sit  
loh

来赞美耶和華

Lai o lo la-ho-hoa

\*唱哈利路亚赞美祂

Chhiu\* Ha-li-lu-ia o lo l

唱哈利路亚赞美祂

Chhiu\* Ha-li-lu-ia o lo l

凡有气息的都来赞美祂

Hoan u khi sit e long lai o lo l

来尊崇祂圣名

Lai chun chong l seng mia

#### 我要单单仰望祢

Goa Beh Toa\* Toa\* Giong Bong Li

我要单单仰望祢主耶稣

Goa beh toa\* toa\* giong bong Li Chu la-so'

因为祢是我的帮助

In ui Li si goa e pang cho'

我要单单仰望祢主耶稣

Goa beh toa\* toa\* giong bong Li Chu la-so'

因为祢是我依靠

In ui Li si goa oa kho

\*我要仰望, 仰望耶稣

Goa beh giong bong, giong bong la-so'

我要仰望祢的荣光

Goa beh giong bong Li e eng kng

我要仰望, 仰望耶稣

Goa beh giong bong, giong bong la-so'

仰望耶稣的荣光

Giong bong la-so' e eng kng

#### 给我新的心

Ho' Goa Sin E Sim

我站立在你的面前

Goa khia khi ti Li e bin cheng

手里拿著我的心

Chhiu lai theh tloh goa e sim

我的生命在祢的里面

Goa e se\* mia ti Li e lai bin

求祢悦纳我的心

Kiu Li chiap siu goa e sim

\*哦我放我这颗心

O goa pang goa chit e sim

在祢的手里面

Ti Li e chhiu lai bin

请祢给我新的心

Chhia\* Li ho' goa sin e sim

会明白祢的心意

Oe beng pek Li e sim i

求帮助我, 主圣灵

Kiu pang cho' goa Chu seng leng

给我越来越爱祢

Ho' goa na lai na thia\* Li

给我永远活在祢里面

Ho' goa eng oan oah ti Li lai bin

## 讲道解析 (SOAP)

<b>经文</b>	阅读圣经中的特定经文。 讲道的内容是关于什么？
<b>观察</b>	研读和反思从该经文中能学习到什么。 神要你透过这篇讲道信息学习什么？
<b>应用</b>	设定任务或目标，帮助我们活出所学到的真理。 你可以采取哪些具体行动来实践所学到的功课？
<b>祷告</b>	为彼此祷告，好叫我们能遵行神的道。 我能如何为你祷告，使你在这方面有所成长？

# 保守 你的心

颜中民牧师

颜中民牧师

## 箴言 4:23 (Proverbs)

23 你要保守你心，胜过保守一切，  
因为一生的果效是由心发出。

你可以拥有很多东西，但如果你  
没有保守你的心，你最终会失去一切；  
但如果你保守你的心，即使你拥有不多，  
你的生命也会充满亮光。

“心” 不仅仅指情感，而是包括：

- 思想（所想的事情）
- 意志（所做的决定）
- 动机（为什么去做）
- 信念（内在的原则）

“一生的果效是由心发出” 表示：

- 你今天的选择，源自你的心
- 你的人际关系，源自你的心
- 你的属灵生命，源自你的心

如果心出了问题，人生就会出问题；  
如果心被保守，人生就会大蒙祝福。

“保守”这个词，  
在原文中有“保护、看守”的意思。

# 我们的心是很容易受影响的：

a. 心容易被世界污染

b. 心容易被罪恶诱惑

- 嫉妒 → 变成纷争
- 贪心 → 变成不义
- 苦毒 → 变成仇恨

c. 心容易被伤害扭曲

# 为什么必须保守我们的心？

- a. 因为心决定你人生的方向
  - 心正 → 行为正
  - 心偏 → 人生偏
- b. 因为心影响你与神的关系
- c. 因为心决定你是否会喜乐
  - 有些人环境很好，却不快乐。
  - 有些人环境艰难，却有平安。

# 我们如何保守我们的心？

## 1. 用神的话充满我们的心

Fill our hearts with God's Word

诗篇 119:11 (Psalms)

11 我将你的话藏在心里，  
免得我得罪你。

## 约书亚记 1:8 (Joshua)

<sup>8</sup> 这律法书不可离开你的口，总要昼夜思想，好使你谨守遵行这书上所写的一切话。如此，你的道路就可以亨通，凡事顺利。

世界说：“人不为己，天诛地灭”

圣经说：“若有人要跟从我，就当舍己”  
(马太福音 16:24)

世界说：“你必须比别人强才有价值”

圣经说：“只要存心谦卑，各人看别人  
比自己强” (腓立比书 2:3)

世界说：“有钱就是成功”

圣经说：“人若赚得全世界，赔上自己的生命，有什么益处呢？”（马可福音 8:36）

世界说：“谁惹你就要讨回来，君子报仇，十年未晚”

圣经说：“不要以恶报恶……反要以善胜恶”  
（罗马书 12:17,21）

世界说：“记住伤害，保护自己”

圣经说：“要饶恕人，正如主饶恕了你们一样”（歌罗西书 3:13）

世界说：“人生要靠自己掌管”

圣经说：“你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明”（箴言 3:5）

# 我们如何保守我们的心？

1. 用神的话充满我们的心

Fill our hearts with God's Word

2. 谨慎我们所接受的东西

Be careful about what we receive

## 诗篇 101:3 (Psalms)

<sup>3</sup> 邪僻的事，我都不摆在我眼前；  
悖逆人所做的事，我甚恨恶，不容  
沾在我身上。

我们需要问自己：

- 我每天在看什么？
- 我一直在听什么？
- 我常常在想什么？

## 腓立比书 4:8 (Philippians)

<sup>8</sup> .....凡是真实的、可敬的、公义的、  
清洁的、可爱的、有美名的，若有  
什么德行，若有什么称赞，**这些事**  
**你们都要思念。**

# 我们如何保守我们的心？

## 3. 常常在神面前省察自己

Regularly examine ourselves before  
God

## 诗篇 139:23-24 (Psalms)

<sup>23</sup> 神啊，求你**鉴察**我，知道我的心思；**试炼**我，知道我的意念。<sup>24</sup> **看**在我里面有什么**恶行**没有，引导我走永生的道路。

- 主啊，我的心现在怎样？
- 主啊，我有没有苦毒？
- 主啊，我有没有骄傲？
- 主啊，我有没有得罪祢？

耶利米书 17:9 (Jeremiah)

9 “人心比万物都诡诈，坏到极处，  
谁能识透呢？”

# 我们如何保守我们的心？

## 3. 常常在神面前省察自己

Regularly examine ourselves before God

## 4. 与神建立坚固亲密关系

Build a strong, intimate relationship with God

## 雅各书 4:8 (James)

<sup>8</sup> 你们亲近神，神就必亲近你们。有罪的人哪，要洁净你们的手！心怀二意的人哪，要清洁你们的心！

当我们亲近神：

- 心会变柔软
- 心会被更新
- 心会被保护

## 约翰福音 15:5 (John)

5 我是葡萄树，你们是枝子。  
常在我里面的，我也常在他里面，  
这人就多结果子……

# 我们如何保守我们的心？

1. 用神的话充满我们的心

Fill our hearts with God's Word

2. 谨慎我们所接受的东西

Be careful about what we receive

# 我们如何保守我们的心？

## 3. 常常在神面前省察自己

Regularly examine ourselves before God

## 4. 与神建立坚固亲密关系

Build a strong, intimate relationship with God

你可以守住很多东西：  
钱财、名声、地位；  
但如果你没有保守你的心，  
一切都会失去意义。

如果你的心在神里面被保守，  
即使环境不完美，  
你仍然可以有平安、喜乐和盼望。

主啊，求祢光照我的心，  
让我看见我里面真实的光景。  
如果我有苦毒，求祢洁净；  
如果我有惧怕，求祢医治；  
如果我远离祢，求祢吸引我回来。

帮助我每天保守我的心，  
用祢的话语充满我，  
用祢的爱更新我。  
让我一生的果效，都从祢而来。  
奉主耶稣的名祷告，阿们。