

## 20261004 小組教材---務要抵擋魔鬼 在試探中站立得穩

|                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>主的喜樂是我力量<br/>(讚美之泉---深觸我心)</p> <p>主的喜樂是我力量<br/>祢的救恩是我盼望<br/>雖然橄欖樹不效力 也許葡萄樹不結果<br/>我仍因救我的神 歡欣快樂</p> <p>[Chorus]</p> <p>我要讚美 無論得時或不得時<br/>我要讚美 每天從日出到日落<br/>我心堅定於祢 每天讚美不停<br/>我要讚美 跳舞讚美<br/>我要讚美 自由讚美<br/>大聲歡呼 祢是永遠 得勝君王</p> | <p>父啊，我向祢呼求<br/>(小羊詩歌---再次將我更新)</p> <p>祢知道我最深的意念 祢明瞭我內裏的一切<br/>但祢從不定罪 滿有憐憫和恩惠<br/>溫柔的光照亮我心扉</p> <p>我追想祢過往的作為 我思念祢同在的榮顏<br/>我的心渴想祢 如乾旱之地盼雨<br/>神啊 求祢留心聽</p> <p>父啊 我向祢呼求 醫治我裏面的破碎<br/>當我的心發昏 領我到更高之地<br/>使我高過四面的仇敵</p> <p>我要倚靠祢的慈愛 要因祢的救恩快樂<br/>容我到祢聖所 瞻仰祢榮耀能力<br/>以歡樂的嘴唇讚美祢</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

主經文：雅各書 4 章 1 至 10 節

核心經文：雅各書 4 章 7 至 8 節

「故此，你們要順服神。務要抵擋魔鬼，魔鬼就必離開你們逃跑了。你們親近神，神就必親近你們。」

學習目標：認出試探背後的渴望，學習具體順服神，並以悔改與謙卑回到祂面前。得勝的力量來自神所賜的恩典，我們可以從今天的一個選擇開始操練。

聚會建議：破冰 5 分鐘，一起讀經 5 分鐘，重點分享 20 分鐘，討論 20 分鐘，回應與代禱 10 分鐘。  
帶領者可按組員需要調整，讓每個人有表達與被聆聽的機會。

### 破冰分享

最近有哪些小事很容易讓你失去耐心？當時你通常怎麼反應？

### 前言 在日常試探中學習站穩

我們可能早上禱告：「主啊，今天我要好好說話。」中午卻因一句話發火；原本只想看一下手機，回過神來已經過了很久；明知道某則訊息不該再回，心裡仍想：「我只回最後一次！」

試探常透過一個念頭、一個畫面，或一個「這次沒關係」的理由靠近我們。雅各書提醒我們，抵擋魔鬼牽涉心裡所愛的、生活中所選的，以及是否願意順服神。

今天我們一起學習：遇見試探，可以停下來，辨認自己的需要，選擇神所喜悅的路。即使已經跌倒，也可以誠實回轉，靠主的恩典重新站立。

## 一 看見試探的戰場是內心的私慾

讀經：雅各書 4 章 1 至 6 節。

### 1 從衝突看見自己的渴望

雅各問：「你們中間的爭戰鬥毆是從哪裡來的呢？」他把我們的眼光帶回內心。面對衝突，我們需要了解外在情況，也要省察：我為什麼如此生氣、嫉妒、放不下？我心裡到底想得到什麼？

這裡的私慾包含各種以自我為中心的要求，例如「一定要照我的意思」「我不能輸」「別人必須肯定我」。當自己的願望成為非滿足不可的要求，得不到時，就容易以爭吵或傷害別人的方式爭取。

例如，同工提出不同意見，我可能覺得自己被否定，急著反駁；看見別人被稱讚，我可能失去喜樂，甚至貶低對方。表面是人際問題，裡面卻可能藏著對肯定、尊重或掌控的渴望。

第 2 至 3 節指出，人可能不願向神求，也可能雖然禱告，卻只想滿足自己的享樂。我們可以省察：「我願意讓神引導我的需要嗎？還是只盼望祂成全我已經決定的事？」禱告也是把心交給神整理的時刻。

### 2 分辨合理需要與失去節制

尊重、安慰、休息與陪伴，本身都是可以誠實表達的需要。但如果我們把某種滿足放在神之上，甚至願意犧牲責任、關係與節制，它就可能開始掌管我們。

試探像魚鉤：外面的誘惑是餌，裡面的渴望使我們想咬下去。雅各書 1 章 14 節提醒我們，人會被自己的私慾牽引誘惑。因此，要認出誘惑，也要了解自己為什麼被它吸引。

以滑手機、追劇為例，有時是在放鬆，有時是在逃避壓力、暫時忘記痛苦，或尋找安慰。適度娛樂不等於犯罪；但若它使我們經常熬夜、忽略責任，或不願面對問題，就需要重新調整。

可以問自己：「此刻我真正需要的是什麼？」若是疲累，安排適當休息；若是委屈，向主傾訴，也找可信任的人談談；若是壓力，請人陪伴，把事情拆成可以處理的小步驟。把需要帶到神面前，也學習照顧自己。

### 3 留意心是否漸漸遠離神

第 4 節的「與世俗為友」，指向認同與神相違背的價值，讓它們掌管生命，並非禁止與未信主的朋友往來。當我們只在乎贏、被看見、當下舒服，卻忽略神的心意，心就可能漸漸偏離祂。

雅各用婚約中不忠的語言提醒我們，神在意祂百姓的忠誠。心遠離神有時很緩慢：每天多給誘惑一點時間，少給神一點時間；每次都讓「我想要」壓過「主怎麼說」。我們需要及早回轉。

## 4 在恩典中謙卑承認需要

第 6 節帶來盼望：「但他賜更多的恩典。」神揭露問題，是呼召我們回轉。祂也說：「神阻擋驕傲的人，賜恩給謙卑的人。」驕傲使人找藉口、拒絕提醒；謙卑使我們承認：「主，我需要祢，也需要幫助。」

小組可以成為彼此扶持的地方。分享時，我們不急著指責或替人下結論，而是先聆聽、理解，再一起尋求神的引導。知道自己軟弱，仍願意走向神，就是領受恩典的開始。

## 二 抓住得勝的次序先順服神再抵擋魔鬼

讀經：雅各書 4 章 7 至 8 節上半。

### 1 把生命的方向交給神

「故此」連接前面的恩典與謙卑：因為神賜恩，我們可以順服祂，抵擋魔鬼。雅各先指出彼此爭戰，接著提醒我們要抵擋魔鬼。我們需要停止把身邊的人當作必須打敗的敵人。

順服神，就是願意讓祂管理眼睛、言語、時間和行動。看見導航提醒改道，卻仍照原路開車，怎能走向安全的路？同樣，相信神的引導，也需要實際調整方向。

若神提醒我們道歉，就承認自己的錯；提醒我們停止傷人的言語，就先停下；提醒我們離開誘惑，就採取行動。抵擋的關鍵在於倚靠神、遵行祂的話。經文的應許鼓勵我們站穩，也提醒我們持續警醒。

### 2 在試探來時採取具體行動

第一，辨認。停下來問：「這個念頭會把我帶向哪裡？繼續下去，會幫助我愛神、愛人，還是帶來傷害？」當某個內容一再使我們跌倒，就及早承認它正在牽引自己的心。

第二，拒絕。對已經清楚知道不合宜的事，停止找理由。「只這一次」「再一下下」「別人也這樣」，常使我們繼續停留。可以具體地說：「這個畫面我不再看；這句話我不發出去；這個報復念頭我不反覆餵養。」被試探不等於已經犯罪，但我們需要及早作出選擇。

第三，用神的話回應。耶穌受試探時持守父神的話。我們也可以為常遇見的試探準備經文。焦慮時，記得彼得前書 5 章 7 節，將憂慮卸給顧念我們的神；想報復時，按羅馬書 12 章 19 節，把伸冤交給神。經文幫助我們看清真相，並照著真理行動，不是說出口就自動奏效的口令。

第四，離開。約瑟面對引誘時逃離現場。抵擋試探有時就是關掉網頁、停止越界的聊天、暫停激烈爭論，或把手機放到另一個房間。離開誘惑，是承認自己的限制，照神的智慧行動。

第五，親近神。關掉手機後，轉向主禱告；忍住重話後，把委屈告訴祂；離開誘惑後，讀一段經文，或請成熟可信任的肢體陪伴。簡短地說：「主耶穌，我現在很想照自己的意思做，求祢幫助我。」從最清楚的一步開始：現在停下、走開、禱告。

### 3 建立可以持續的生活安排

常跌倒的情境需要平時預備。找出自己容易失守的時間，例如疲累的晚上、挫折之後或獨處時；事先安排休息、界線和求助對象，會比每次臨時硬撐更有幫助。

若總在夜裡滑手機，可以約定停止使用的時間，睡前把手機放遠；若常在受傷時回重話，可以先把訊息存成草稿，等平靜後再回應。也可以請一位可信任的人，每週關心你的操練。

若困擾長期反覆，就誠實處理背後的疲倦、孤單、傷痛與壓力，尋求合適的支持。神常藉著祂的話、禱告和肢體的扶持幫助我們。向人求助，也是願意接受幫助的一步。

### 三 回到神面前以悔改與謙卑親近祂

讀經：雅各書 4 章 8 至 10 節。

#### 1 讓行為與內心一起改變

「潔淨你們的手」指向外在行為，「清潔你們的心」指向內在動機與忠誠。真正的悔改包含承認錯誤、停止不合宜的行動，也把心重新交給神。

「心懷二意」是一面想跟隨神，一面又捨不得放下違背祂的選擇。例如，盼望關係恢復，卻一直餵養苦毒；求神賜平安，卻持續沉迷比較。我們需要主幫助，讓心與行動走向同一個方向。

這像整理家中久未打掃的角落：願意打開櫃門，才能看見積累的灰塵。親近神，也是讓祂的光照進我們不願碰觸的地方，再照祂的提醒清理。

#### 2 認真面對罪並接受主的扶持

第 9 節的愁苦、悲哀與哭泣，是呼召人認真面對罪，不把傷害神、傷害人的事看成無所謂。這不表示悔改一定要流淚，也不是要求我們一直陷在自責中；重要的是誠實承認，願意回轉。

跌倒後，我們可能覺得：「我這樣還配禱告嗎？」但雅各應許：「你們親近神，神就必親近你們。」我們可以帶著羞愧來到主面前，求祂赦免，接受扶持，並採取補救與改變的行動。

第 10 節說，在主面前自卑，主必叫我們升高。這鼓勵我們把生命交在祂手中，接受祂的恢復與引導，並非保證立刻得到地位或成功。謙卑的人可以承認限制，也相信主仍願意帶領。

#### 3 一起操練認罪與回轉的禱告

認罪：向神具體承認自己的罪，不推卸責任。棄絕：表明願意離開罪，停止為它找藉口。抵擋：奉主耶穌的名斥責命令仇敵一切都作為、權勢都要離開，持守神的真理。求主充滿：求聖靈引導，讓神的愛充滿我們，幫助我們持續順服。

這些禱告要連結生活中的改變。若傷害了人，就尋求道歉與修復；若有持續跌倒的習慣，就調整界線，接受陪伴。帶領者可陪組員安靜禱告，尊重個人意願，不催促公開隱私，也不憑情緒反應判定屬靈狀況。

在教會建堂與配搭的過程中，我們也一起學習：把焦慮交給神，聆聽不同意見，減少爭競，願意彼此分擔。神也在建造我們的生命，使我們成為彼此相愛的群體。

### 結語 今天走出一個順服的選擇

這段經文帶我們看見內心的私慾，學習順服神、抵擋魔鬼，並以悔改與謙卑親近祂。每一次操練，都可以從一個小小的選擇開始：停住傷人的話，關掉牽引自己的內容，把真正的需要帶到主面前。

請記住：「順服神，抵擋魔鬼；親近神，神就必親近我們。」神賜更多的恩典，我們可以靠祂重新站穩，也陪伴身邊的人一起前行。

## 小組討論

- 1 最近哪一種情境最容易使你受到試探？當時你心裡最想得到的是什麼，例如肯定、安慰、休息或掌控？你願意怎樣把這個需要帶到神面前？
- 2 從辨認、拒絕、用神的話回應、離開、親近神這五個行動中，哪一個最能幫助你？請分享一個這週可以實行的具體做法。
- 3 如果已經跌倒，你通常會躲避、找藉口，還是願意求助？小組可以怎樣陪伴你回轉？請按自己願意分享的範圍回答，組員先聆聽，不急著給建議。

## 同心代禱事項

### 1 為建堂禱告

求主帶領建堂各項工程、三管開挖順利，使用執照申請與相關行政作業順利推進，供應所需經費、人力與智慧；保守施工安全、品質與各單位的協調。也求主堅固弟兄姊妹在等待中的信心，使同工合一配搭，讓新堂成為敬拜、牧養與傳福音的祝福。

### 2 為 12 月 5 日聖誕愛無限禱告

求主帶領各教會同心籌備，賜給同工智慧與體力，使攤位、節目、接待、物資與各項安排順利完成。求主預備合宜的天氣，保守活動安全，感動社區居民與受邀家庭參與，透過關懷與福音分享認識耶穌的愛，也帶領活動後的聯繫與陪伴。

### 3 為聖誕報佳音規劃禱告

求主引導報佳音的日期、地點、路線與服事對象，幫助同工妥善安排詩歌、排練、交通與人力。求主預備敞開的家庭與社區，使我們帶著愛與喜樂傳遞聖誕佳音，讓人聽見救主降生的好消息，並開啟持續關懷與福音的機會。