

ND-302 獻上自己，當作活祭

提醒：聽完課之後的兩週是操練的黃金時段，請在週一收到功課後立即開始。每天分出 20 到 30 分鐘默想、禱告並操練，其果效遠大於討論的前一晚花兩、三小時的準備。**討論時請把重點放在具體操練部分，至少佔 1/2 的討論時間。**

一、課程內容回顧

1 經文 自己完成，無須討論。完成後請在線上空處寫上“完成”：

- _____ 溫習並默想以下經文：羅 12:1-2；羅 11:36；西 1:16；啟 4:11；羅 14:8b；林後 5:14-15；羅 14:7-8；結 43:1；羅 6:13
- _____ 默想並與小組一起背誦以下經文：「**1 所以，弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此事奉乃是理所當然的。2 不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意。**」(羅 12:1-2)

2 複習 根據課程內容，用自己的話寫出以下問題的答案。用 5 - 10 分鐘彼此對答案。**請務必在聽完信息之後，才回答以下問題。**

- 請簡述為何保羅在羅馬書 12 章第一節中提到“將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此事奉乃是理所當然的”？

- 『獻上自己，當作活祭』需要面對哪些挑戰？

二、進深思考

在你跟隨耶穌的道路上，你是否曾經將自己當作活祭獻給神？

(1) 如果從來沒有過，是什麼原因讓我們沒有辦法獻上自己？在聽完這堂信息後，你願意有什麼改變嗎？你願意讓你的小組成員為你在這件『奉獻自己當作活祭』的事情上代禱嗎？

(2) 如果你曾經將自己獻給神，那麼你最近一次將自己當作活祭獻給神是什麼時候？又是什麼原因讓你作這樣的決定？它又給你帶來了什麼樣的改變？請和組員分享你的經歷。

三、具體操練

盼望我們在今後的生活，定意要讓「獻上自己」不只是心願，更要成為實際。每天早晨在主的面前更新自己的奉獻，將自己一天的心思意念，口中的言語，自己要接觸的人、事、物都奉獻在主的祭壇上。並且定意至少要在三件事上清楚明確地「為主而捨己」，用新造的態度和方式來面對；晚上睡前，將自己再一次獻給主，同時也在主的光中來反省自己一天的得失。

在操練的三件事情上，一方面從神已經顯明的自己最需要被改變的地方開始 (例如：聚會準時,主動做家事, 加入教會服事, 順服父母或體貼配偶, 早起靈修, 不輕易發怒...等)；另外一方面也把自己完全地交在主的手中，求主自由地來顯明我們裡面許多自己都不知道的“未得之地”。

寫出兩週的操練計劃，並經歷每天的心得。週日和組員分享時，請

1. 分享自己是否堅持，並找一位同伴來監督自己；
2. 分享在過去的一周內一兩件「為主而捨己」的見證；
3. 分享這樣的操練給自己帶來了什麼樣的轉變。
