



## 社區服侍「行區禱告」材料包

城市靈修日：「住在我們中間」

目的及內容：

當日由教會出發步行到附近的社區，透過在社區中的「靜觀看見」及「禱告默想」，反思基督「道成了肉身，住在我們中間」(約 1:14)與社區關懷的意義。

城市靈修日內容

### 1. 看見

1.1.請在路途中求聖靈引導，不要作聲，靜靜地觀看...

- 途中的道路有什麼特別的地方嗎？
- 你覺得耶穌會在途中的那個設施中間呢？祂正在做什麼？

1.2.請在一個位置安靜坐下來，觀眾及紀錄 3 個人的特徵

- 年紀
- 性別
- 衣著
- 行路的速度
- 其他引起你注意的地方
- 你覺得他有何需要？你會如何為他禱告？

### 2. 感受

2.1.請以 4 人一組在街市內作出觀察及小組討論，按你平時的預算，計算購買一家四口的晚餐費用(二餸一湯)

- 餸的名稱及價錢

2.2.最後公布一個基層家庭購買一餐的價錢：\$50 (雞翼\$20+節瓜豆腐湯\$20+炒青菜\$10-來自睦福真實家庭的資料)

### 3. 默想

3.1.準備

找個舒適位置，安靜坐下，放鬆身體。有節奏、平靜的呼吸。吸氣時，心中可以祈禱說：「主呀！」；呼氣時，心中可以說：「疲累！」藉著這一呼一吸，幫助我們的心靈專注於神。

3.2.頌讀

以下經文 3 次，用心感受，留意吸引、觸動你心靈的一個字句



「道成了肉身，住在我們中間，充充滿滿地有恩典有真理。我們也見過他的榮光，正是父獨生子的榮光。」(約 1:14)

### 3.3. 默想

向神開放。求問神要透過這字句對你有何安慰、提醒及鼓勵？

默想問題導引：

為何耶穌需要道成肉身並住在我們中間呢？

耶穌的「住在我們中間」對你參與教會社區關懷的工作有何提醒？

你會如何以行動去回應呢？(如克己奉獻、社關的服事、為社區祈禱...)

### 3.4. 禱告

這刻，你在這個社區中，你會為這個社區及居民向上帝祈禱？(寫下你的禱文)

4. 回程及分享：在回程中，請拍一張相片紀錄途中你覺得一樣好大對比/好特別的地方、事物、人等等，稍後在小組分享：途中拍下的相片及今日一個最深刻的片段

### 簡介

開放的心，求聖靈引導，不必太在意時間，有耐性，不用心急，慢慢看，慢慢想，慢慢感受，將時間歸給上帝

### 總結

你會不會多了一種角度去看這個社區？

行，靜，看，感受，默想，紀錄

耶穌道成肉身，住在我們中間，是親自真真實實地「住」在我們中間，食我們食，著我們著，與我們一同生活，是可以見到，摸到，聽到，並不是抽離的，而是讓我們可以真實地見到「神」的榮光。我們是世上的光，是要叫其他人都見到基督的光。

你們要常在我裡面，我也常在你們裡面 ( 15:4 )

鳴謝：宣道會麗瑤堂資料提供