

## 83 憤恨

**唱詩** 新歌頌揚236 〈在這時候〉  
臺語新歌236 〈在此時陣〉

### 禱告

### 活動

- 1.一起合作用一張四開紙以彩色筆畫一張臉，然後再畫出他憤怒的表情。
- 2.一起分享：
  - a.哪些事情最容易引起你的憤怒？
  - b.什麼時候你最容易生氣？
  - c.你最容易向什麼人生氣？
  - d.通常你憤怒的時候會有哪些表現？
  - e.你通常怎樣處理怒氣？

### 查經

【創世記四章1~14節】

- 1.該隱為什麼發怒？到底是為了神看不中他的供物，還是為了他自己行得不好？（參考約翰一書三章12節）
- 2.該隱發怒的結果如何？當我們無法控制情緒（怒氣）時，是否連帶著也無法控制事情（土地）？
- 3.我們發怒的根本原因，比較多是因為別人，還是因為自己？請舉生活中的例子來說明。
- 4.我們應當如何來處理怒氣？（參考以弗所書四章26~27節）

### 禱告

- 1.為我們能控制情緒禱告。
- 2.為教會的人際關係禱告。
- 3.為彼此的需要代禱。