**體驗貧窮 感受困乏 反思信仰 行動回應**

「馬太25挑戰」是一系列為期一星期的挑戰，鼓勵信徒一家大小，以個人或小組形式參加，每日接受一項挑戰，一同踏出安舒區，實踐耶穌基督在馬太福音25章35至40節的教導，關顧弟兄姊妹中最小的一個，體會困乏人的需要。

鼓勵弟兄姊妹一同關心世界，以全新的方式，與孩子一起接受挑戰，感受貧窮人的苦況。

**宣傳短片連結：**<https://youtu.be/OSqK9Kbunzg>

|  |  |
| --- | --- |
| 日　　期 | 教會自訂日期，或在大齋期／預苦期、受苦節期間舉辦 |
| 對　　象 | 不限年齡，可以個人或家庭作單位參與 |
| 形　　式 | * 挑戰期間，弟兄姊妹參與六天貧窮體驗，每天早上收到當日的挑戰內容，身心感受貧困孩子日常面對的困難，首五天的挑戰均可於家中或工作間完成，第六天在居住的社區行區祈禱 * 六天晚上在家觀看網上短片，聆聽宣明會信息，記錄感受，並同心以禱告守望世界上有需要的人 * 教會牧者或組長作推動者，每天以手機轉發「六天挑戰資料」給參加者，並提醒每晚同心守望 * 第七天弟兄姊妹於教會或網上相聚、互相分享、同心守望，教會可邀約宣明會同工於六天體驗前/後分享信息或介紹活動 * 鼓勵參加者完成挑戰後繼續委身服侍貧窮人，活出馬太25精神，亦可參加宣明會的助養兒童計劃，以生命影響生命 |
| 資　　源 | * 宣明會提供「六天挑戰資料」，供推動者每天轉發給參加者 * 宣明會提供六段網上短片，供參加者每晚觀看、反思及祈禱（可重溫影片） * 可邀約宣明會同工於體驗前/後到教會分享信息或介紹活動 |
| 教會宣傳 | • 運用宣傳海報、簡報、短片，於聚會點、崇拜程序表、教會網頁、通信群組等推動活動  • 招募推動者，於六天體驗期間轉發信息 |
| 捐　　款 | 鼓勵弟兄姊妹將第一天的進行清淡晚餐/饑饉晚餐省下來的金錢奉獻，於第七日收集，支持宣明會在有需要地區推行糧食保障及救援項目 |

****

如崇拜於星期六舉行，請於星期日開始第一天體驗

**六天挑戰資料（推動者用）**

|  |  |
| --- | --- |
| 第一天主題 | 我餓了 |
| 挑戰內容 | 1. 「**清淡晚餐**」— 今晚在家進行清淡晚餐，只吃米飯和沒有調味料的蔬菜，也要放棄宵夜，感受餓著入睡的滋味；**或** 2. 「**饑饉晚餐**」— 不吃固體食物，只飲一碗熱湯作為晚餐 |
| 手機圖檔  (01至03) | <https://www.worldvision.org.hk/images/data/04_Famine/07_M25/M25-pics-18.zip> |

早上WhatsApp內容 ：

**今日主題：**我餓了

**挑戰內容：**(1)「清淡晚餐」— 今晚在家進行清淡晚餐，只吃米飯和沒有調味料的蔬菜，也要放棄宵夜，感受餓著入睡的滋味；或(2)「饑饉晚餐」— 不吃固體食物，只飲一碗熱湯作為晚餐

**短片連結**：<https://youtu.be/CN6K2jxO5nw>

**默想內容：**

瑪莉與她的弟妹非常飢餓，

家裡沒有錢買木薯粉和玉米麵粉來做fufu，

只可以吃蕃薯葉充飢，

貧窮令他們沒有其他選擇。

飢餓仍然繼續困擾著我們，

世界各地仍有數以百萬計兒童沒有足夠的營養食品

過健康的生活。

每隔六秒鐘，就有一個5歲以下的兒童

死於與飢餓有關的疾病。

而在發展中國家裡，

八分之一的人每晚都餓著肚子上床睡覺。

聖經常常告訴我們，

主耶穌了解我們身體所需，餵飽飢餓的人。

讓我們在一起成為耶穌的跟隨者，

謹記祂的吩咐，幫助飢餓兒童和家庭。

晚上WhatsApp內容 ：

如果每一餐都如此清淡，你感覺如何？

記錄今天的感受，在第七天相聚時一起分享

稍後10點鐘，一起同心守望，**短片連結：**<https://youtu.be/dRV_G3UcGLY>

明天的挑戰：「**飲水度日**」— 全日照常進食，但要放棄茶、咖啡、汽水、果汁、湯等飲料，全部以清水代替，體會缺乏。

|  |  |
| --- | --- |
| 第二天主題 | 我渴了 |
| 挑戰內容 | 「**飲水度日**」— 今日照常進食，但要放棄茶、咖啡、汽水、果汁、湯等飲料，全部以清水代替，體會缺乏。 |
| 手機圖檔  (04至06) | <https://www.worldvision.org.hk/images/data/04_Famine/07_M25/M25-pics-18.zip> |

早上WhatsApp內容 ：

**今日主題：**我渴了

**挑戰內容：**「飲水度日」— 今日照常進食，但要放棄茶、咖啡、汽水、果汁、湯等飲料，全部以清水代替，體會缺乏。

**短片連結**：<https://youtu.be/uw4kePZP-YM>

**默想內容：**

氣候乾旱，當地已連續多月沒下雨，為了取水給家人，

小路和其他孩子、婦女們每天第一件做的事，

就是徒步六公里路去取水。

水對生命至關重要，它佔地球面積三分之二，

但是可供使用的潔淨水源卻不足百分之一。

水源分配不平衡、環境污染及氣候變化等原因，

使發展中國家的人難以接觸安全水源，

每天有近1,000名兒童因髒水以及不良的衛生設施而喪命。

上帝是仁慈的，耶穌是活水的泉源，

祂知道長途跋涉尋找水源和打水的困苦。

願祂恩賜生命之泉源，使萬物能夠享用。

晚上WhatsApp內容 ：

如果沒有清潔水源，你的生活會如何？

記錄今天的感受，在第七天相聚時一起分享

稍後10點鐘，一起同心守望，**短片連結：**<https://youtu.be/dxY6UK2EPEE>

明天的挑戰：「**席地而睡**」— 明天晚上只能睡在地上，放棄睡在床上，感受流離失所。

|  |  |
| --- | --- |
| 第三天主題 | 我流浪在外 |
| 挑戰內容 | 「**席地而睡**」— 今天晚上只能睡在地上，放棄睡在床上，感受流離失所。 |
| 手機圖檔  (07至09) | <https://www.worldvision.org.hk/images/data/04_Famine/07_M25/M25-pics-18.zip> |

早上WhatsApp內容 ：

**今日主題：**我流浪在外

**挑戰內容：**「席地而睡」— 今天晚上只能睡在地上，放棄睡在床上，感受流離失所。

**短片連結**：<https://youtu.be/fpK3NtHpdjA>

**默想內容：**

天災令達馬家裡的牛羊死去，斷絕了生計。

為了生存，他被迫流離失所，走了兩天路，

與祖母相依為命。

全球有70％的貧困人口生活在農村地區，

他們依賴耕作和畜牧獲得食物和生計。

過去二十年東非及撒哈拉以南極乾旱的地區、

近年的非洲南部，都承受了極端天氣的惡果——

旱災和厄爾尼諾的影響，居民要與饑荒作戰，

有些甚至長期依賴食物援助，

或為討吃及生計流徙異鄉，成為「氣候難民」。

耶穌年幼時經歷過寄居他邦的日子，明白倖存者的苦況。

神看顧投靠祂的人，亦藉著我們保護今天的寄居者，

給予遭受災害創傷的孩子、家庭和社區及時的幫助。

晚上WhatsApp內容 ：

如果迫於無奈待在一個陌生的地方，你感覺如何？

記錄今天的感受，在第七天相聚時一起分享

稍後10點鐘，一起同心守望，**短片連結：**<https://youtu.be/GvTCd2bcefA>

明天的挑戰：「**重穿舊衣**」— 今日的衣物不要洗，明天再穿回，放棄穿乾淨的衣服，感受一整天穿污穢衣服。

|  |  |
| --- | --- |
| 第四天主題 | 我赤身露體 |
| 挑戰內容 | 「**重穿舊衣**」— 今日穿回昨天已用過而未清洗過的衣服，放棄穿乾淨的衣服，感受一整天穿污穢衣服。 |
| 手機圖檔  (10至12) | <https://www.worldvision.org.hk/images/data/04_Famine/07_M25/M25-pics-18.zip> |

早上WhatsApp內容 ：

**今日主題：**我赤身露體

**挑戰內容：**「重穿舊衣」— 今日穿回昨天已用過而未清洗過的衣服，放棄穿乾淨的衣服，感受一整天穿污穢衣服。

**短片連結**：<https://youtu.be/6f8BeJwMqVI>

**默想內容：**

工作了整整一天，

撿垃圾和賣到的錢卻少得很。

晚上回到貧民窟的家，

貝亞已筋疲力盡，沒有換衣服就去睡。

每個貧窮人都有故事，但當中最令人心酸的，

是父母在無能為力之下，把貧窮傳給下一代，

以致子女從小便要挨餓受凍，

缺乏求學和發展自我的機會，

甚至成為童工或童婚的受害者。

有人說：「教育是孩子飛翔的翅膀。」

教育是無價和平等的，但是在貧窮地區的孩子，

往往要付更大代價去追求它。

願每位孩子在上帝創造的世界裡盡情探索，

成為世界各國未來的領袖，

被主使用，以祝福和愛澆灌每一代。

晚上WhatsApp內容 ：

你擁有多少件衣服？如果每個月只能洗一兩次衣服，你會如何？

記錄今天的感受，在第七天相聚時一起分享

稍後10點鐘，一起同心守望，**短片連結：**<https://youtu.be/_1OFpL8r_0U>

明天的挑戰：「**關懷孤苦**」— 以電話、發短訊等方法鼓勵生活在艱難的人，例如聯絡一位很久沒有見面的朋友、長者、長期病患者等等，為他們打打氣。

|  |  |
| --- | --- |
| 第五天主題 | 我病了…我在監獄裡 |
| 挑戰內容 | 「**關懷孤苦**」—以電話、發短信等方法鼓勵生活在艱難的人，例如聯絡一位很久沒有見面的朋友、長者、長期病患者等等，為他們打打氣。 |
| 手機圖檔  (13至15) | <https://www.worldvision.org.hk/images/data/04_Famine/07_M25/M25-pics-18.zip> |

早上WhatsApp內容 ：

**今日主題：**我病了…我在監獄裡

**挑戰內容：**「關懷孤苦」—以電話、發短信等方法鼓勵生活在艱難的人，例如聯絡一位很久沒有見面的朋友、長者、長期病患者等等，為他們打打氣。

**短片連結**：<https://youtu.be/wSlinyH1NZA>

**默想內容：**

數年前由於家鄉飽受衝突和旱災的影響，

班妮什的父母難以養活家人，

賣女兒既可以解決家庭債務問題，

也可能讓其他子女吃飽。沒有人告訴她被賣了，

也沒有人告訴她關於性、懷孕和分娩的事情。

受疫情影響，家庭的收入減少，在生活艱難下，

部分孩子被迫輟學打工，甚至有未成年的女孩被嫁出去，

為家人換取收入或其他利益。

在未來兩年，

恐怕將有額外400萬名女童淪為童婚受害者。

耶穌在世上與貧窮人同在，

憐恤受苦的孩子和婦女，

與傷心困苦者同行，施行醫治和引導，

帶領人在苦難中經歷祂的恩典，在絕境中重拾盼望。

晚上WhatsApp內容 ：

當你在病和受苦當中時，身邊的人如何對待你？

記錄今天的感受，在第七天相聚時一起分享

稍後10點鐘，一起同心守望，**短片連結：**<https://youtu.be/5VWfYmlCyow>

明天的挑戰：「**行區祈禱**」— 獨自或與家人一起在社區裡一邊步行30分鐘，一邊為所觀察的事祈禱，特別留意社區中有需要幫助的人。（你也可在明天補回未完成的挑戰。）

|  |  |
| --- | --- |
| 第六天主題 | 做在最小的弟兄身上 |
| 挑戰內容 | 「**行區祈禱**」—獨自或與家人一起在社區裡一邊步行30分鐘，一邊為所觀察的事祈禱，特別留意社區中有需要幫助的人。（你也可在今天補回未完成的挑戰。） |
| 手機圖檔  (16至18) | <https://www.worldvision.org.hk/images/data/04_Famine/07_M25/M25-pics-18.zip> |

早上WhatsApp內容 ：

**今日主題：**做在最小的弟兄身上

**挑戰內容：**「行區祈禱」—獨自或與家人一起在社區裡一邊步行30分鐘，一邊為所觀察的事祈禱，特別留意社區中有需要幫助的人。（你也可在今天補回未完成的挑戰。）

**短片連結**：<https://youtu.be/hDYGVGXqzxg>

**默想內容：**

因為收到山羊和雞作禮物，

小查和哥哥維維的生活就不再一樣：

他們有錢交學費，糧食供應和營養也得到改善。

我們了解到，幫助人最佳的方法就是讓他們擁有能力。

因此，我們努力為世界上最貧窮的人們建立生計，

同時關愛社區及提供所需，

徹底打破家庭貧困的惡性循環，

讓下一代有機會讀書，實現夢想。

不論擁有多少財產，耶穌都呼召我們作個好管家，

謙卑和分享予有需要的人，

使他們了解一切都是出於上帝的恩典和供應，

讓每一位孩子都擁有豐盛的生命。

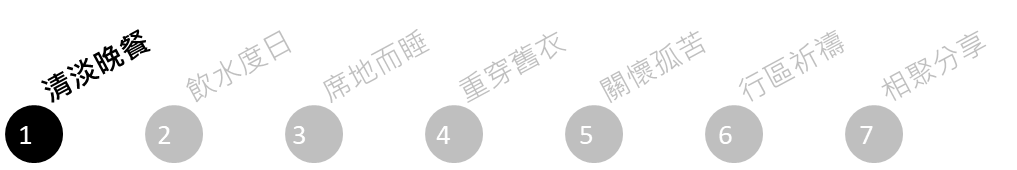
晚上WhatsApp內容 ：

在社區中，你發現了哪些迫切的需要嗎？

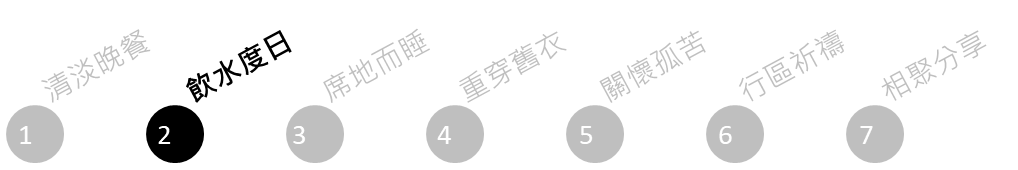
記錄今天的感受，在第七天相聚時一起分享

稍後10點鐘，一起同心守望，**短片連結：**<https://youtu.be/SMKSHSozYNI>

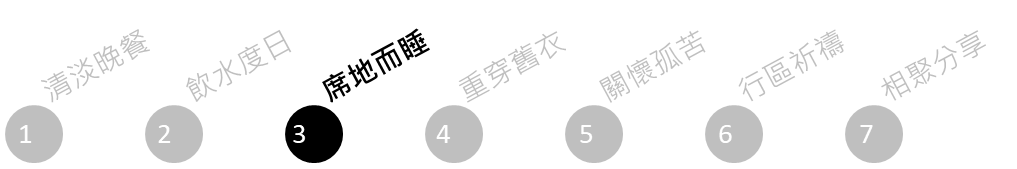
明天崇拜——參加者一起相聚，根據六天的記錄分享體驗、為貧窮人祈禱、奉獻、委身回應。



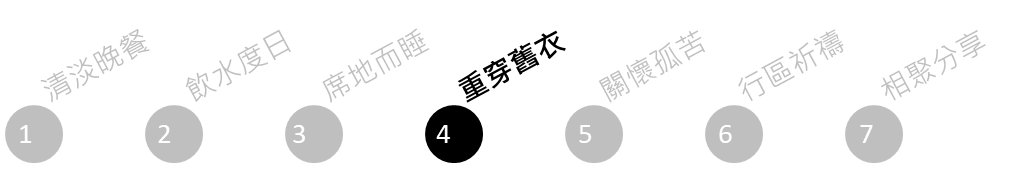
我的感受和反思…



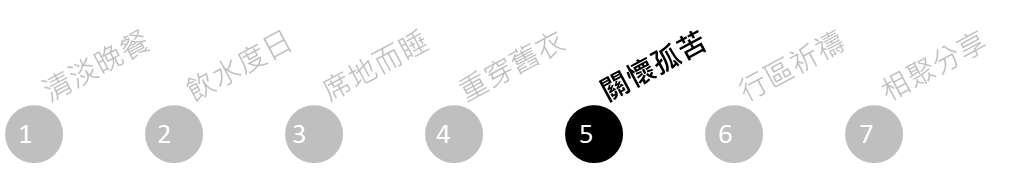
我的感受和反思…



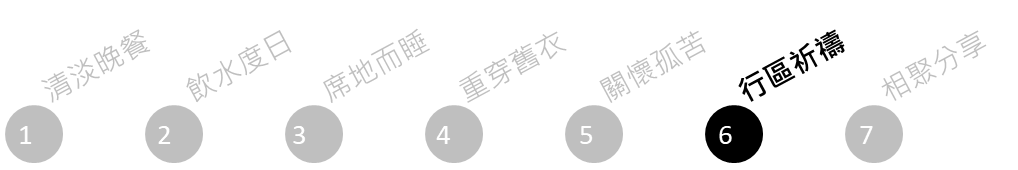
我的感受和反思…



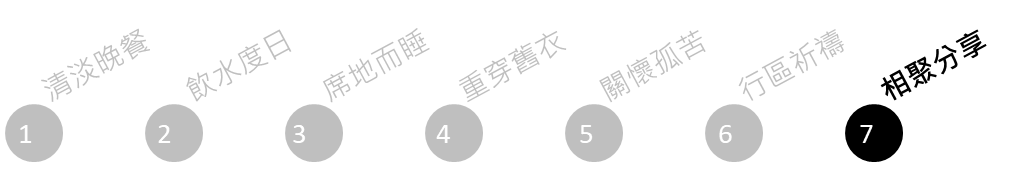
我的感受和反思…



我的感受和反思…



我的感受和反思…



建議分享內容：

1. 請組員輪流分享過去六天中最深刻的感受和體會。
2. 昨日行區祈禱時你有甚麼特別的觀察？
3. 「馬太25挑戰」令你在全球貧窮的議題上有甚麼反思或啟發？
4. 請組員輪流分享至少一項會作出的改變或回應貧窮的行動。