

請以禱告開始小組，按情況討論當中的問題。在禱告結束之前，請思考最後**三個基本問題**。

經文：

詩篇 23；詩篇 51:11；詩篇 56:13；哥林多前書 10:12；詩篇 51:17；希伯來書 12:7-11；
約翰福音 10:10；彼得前書 5:7

Talk it Over

1. 你曾否覺得自己像一隻「被困」的羊，感到「天翻地覆、陷入困境、無助、處於危險之中」？請與小組分享你的經歷。
2. 詩篇 56 篇 13 節說：「**因你救我免於死亡，你使我的腳站穩不致滑跌。上帝啊，現在我可以來到你面前，沐浴在你賜生命的光中。**」詩篇 23 篇 3 節上說：「**他使我的靈魂甦醒。**」上帝既是拯救者，也是恢復者。被拯救和被恢復有甚麼不同？維持在獲救狀態而不走向醫治恢復，會有甚麼危險？為甚麼我們傾向於抗拒自己的「恢復過程」？分享你對「恢復過程」的觀點？
3. 安迪牧師談到令我們陷入困境的三個謊言。第一個謊言是「我不需要恢復」。哥林多前書 10 章 12 節說：「**你們如果以為自己站得穩，就要小心，免得跌倒了。**」通常，當我們看似欣欣向榮，我們卻意外地跌倒或發現自己陷入了沮喪的循環中。你有沒有否認生命中某個領域出現了問題？那是甚麼？
4. 大聲朗讀詩篇 51 篇 17 節：「**你喜悅的祭，是破碎的靈。上帝啊，破碎痛悔的心，你必不拒絕。**」詩篇作者所說「破碎的靈」是甚麼意思？為甚麼上帝喜悅這樣的祭？分享你生命中最需要恢復的領域。你能採取甚麼步驟，將其釋放給上帝，並讓祂開始恢復你？
5. 第二個讓我們陷入困境的謊言是「這太痛苦了，不值得」。希伯來書 12 章 11 節說：「**凡管教的事，當時不覺得快樂，反覺得愁苦，後來卻為那經練過的人結出平安的果子，就是義。**」上帝的管教如何發揮作用？如果每次遇到困難就離開，你永遠不會轉化成為上帝要你成為的人。有甚麼是你在逃避或試圖繞過而需要經歷的？你可以採取哪些步驟來得醫治？
6. 讓我們陷入困境的第三個謊言是「上帝無法幫助我」。約翰福音 10 章 10 節說：「**盜賊來，無非要偷竊、殺害、毀壞；我來了，是要叫羊得生命，並且得的更豐盛。**」有哪些問題，你相信上帝能夠幫助他人解決，卻無法幫助你？（剛硬的心、失去歡樂、破碎的家庭、健康、失去的歲月、或其他）
7. 彼得前書 5 章 7 節說：「**你們要將一切的憂慮卸給神，因為他顧念你們。**」這段經文如何改變你看待困難的方式，以便得到祂對你的個人看顧？你是否相信上帝會幫助你，並能恢復你？為甚麼？本週你可以採取哪些步驟，來走向上帝對你生命的恢復過程？

按「下一步」

獲取更多資源！



三個基本問題

思考一下自己在聽道後的感受，以及如何聽行合一！

1. **聽**了甚麼？這篇講道的哪一點對你帶來最大衝擊？
2. **思考**一下！這篇講道如何挑戰、改變或確認你的想法？
3. **付諸行動**！你或你的小組將如何實踐今天所學到的東西？