

《我要使你復原》耶利米書 30

耶利米書30章是整卷《耶利米書》的重要轉折點。經過前面多章對罪惡、審判與被擄的宣告，神開始向祂的百姓發出安慰與盼望的信息。然而，這份安慰並不是否定被擄的痛苦，也不是保證環境立刻改變，而是宣告 神的救恩從來不止於外在的復原，更是要醫治人內心最深的破碎，恢復祂與百姓的盟約關係。

今天，我們也常常求 神先改變我們的工作、家庭、健康或人生處境；但 神更深的心意，是先更新我們的生命。真正的流亡，不只是身處困難的環境，而是遠離 神；真正的復原，也不只是回到從前，而是在基督裡重新與 神和好，成為新造的人。神的救恩總是先更新人，再更新世界。

以下四個小組討論，幫助我們思想如何在生命的破碎中經歷神的醫治，學習相信祂的同在，接受祂生命的更新，並在基督裡活出真正復原的新生命。

小組討論 1: 讓神醫治真正的傷口——在破碎中經歷神的同在

經文／解釋：耶利米書 30:1-11

耶利米書30章並沒有否認被擄的痛苦，反而真實描繪百姓極深的恐懼、失落和絕望。然而，在最黑暗的時刻，神應許：「不要懼怕……因我與你同在。」神沒有先除去所有困難，而是先以祂的同在陪伴祂的百姓走過破碎。真正的盼望，不是因為問題已經解決，而是因為 神仍然與我們同在。

應用重點：神先進入我們的痛苦，再帶領我們走向復原。

聚焦內容：從逃避破碎，轉向在破碎中信靠 神的同在。

分享問題：

1. 你生命中是否曾經歷一段讓你感到無助或失去盼望的時期？神如何在那段時間陪伴你？
2. 面對痛苦時，你最容易尋求什麼來帶給自己安全感，而不是先尋求 神？
3. 為什麼 神有時沒有立刻挪去困難，而是先應許祂的同在？
4. 今天有哪些傷口或重擔，你需要再次交託給 神，讓祂在其中工作？

禱告方向：

求主讓我們相信，祂沒有忽略我們的痛苦，也沒有離開我們。願我們在破碎中經歷祂真實的同在，並得著從祂而來的安慰與盼望。

小組討論 2: 真正的復原——讓神醫治我們與祂的關係

經文／解釋：耶利米書 30:12-17

神宣告百姓的傷口已經「無法醫治」，不是因為 神沒有能力，而是因為罪使人與 神的關係徹底破裂。然而，神卻主動應許：「我要使你痊癒，我要醫好你的傷痕。」神的醫治不只是止息痛苦，更是恢復祂與百姓的盟約關係，使他們重新經歷真正的平安（shalom）。

應用重點：神最深的醫治，是恢復我們與祂的關係。

聚焦內容：從只求環境改善，轉向尋求生命真正的更新。

分享問題：

1. 當你向神禱告時，你通常最先求神改變環境，還是改變自己的生命？為什麼？
2. 你如何理解「真正的醫治」不只是身體或環境的恢復，而是與神關係的恢復？
3. 是否有一些生命中的傷口或罪，使你難以親近神？你願意如何交託給主？
4. 耶穌赦罪與醫治的事工，如何幫助你更明白神真正的復原？

禱告方向：

求主醫治我們內心最深的破碎，赦免我們的罪，恢復我們與祂親密的關係，使我們在基督裡得著真正的平安。

小組討論 3：神的復興——不是回到從前，而是進入新的生命

經文／解釋：耶利米書 30:18–22

神應許要恢復祂百姓的命運，不只是帶領他們離開巴比倫，更是展開一個新的開始。神重新建立祂的百姓，使他們再次成為祂的子民，而祂也再次成為他們的神。神的復興不是回到過去，而是帶領祂的百姓進入新的創造與新的生命。

應用重點：神所賜的復原，是更新生命，而不是複製過去。

聚焦內容：從懷念過去，轉向迎向神所預備的新生命。

分享問題：

1. 你是否曾希望人生能夠「回到從前」？神是否藉著某些經歷教導你迎向新的開始？
2. 為什麼我們常常把復興理解成「恢復以前」，而不是接受神新的工作？
3. 神今天正在你生命中建立哪些新的價值、眼光或使命？
4. 你如何經歷「我是神的子民，神是我的神」這個盟約應許，在每天生活中帶來力量？

禱告方向：

求主幫助我們不只是留戀過去，而是相信祂正在我們生命中展開新的工作，使我們活出屬神子民的新生命。

小組討論 4：在基督裡得著真正的復原——活出新創造的生命

經文／解釋：耶利米書 30:22；以賽亞書 53:5

耶利米書30章的應許，最終在耶穌基督身上得到完全的實現。主耶穌不只是醫治人的疾病，更藉著十字架擔當我們的罪，使我們與神和好，成為新造的人。真正的復原，不是人生再沒有困難，而是在基督裡恢復與神的關係，並活出新創造的生命。

應用重點：基督是我們真正復原的根源。

聚焦內容：從追求外在改變，轉向活出基督更新的生命。

分享問題：

1. 你認為耶穌最大的醫治是什麼？這與世界所追求的「成功」或「幸福」有何不同？
2. 今天有哪些地方，你仍然需要讓基督的福音繼續更新你？
3. 神醫治並更新你的生命後，你可以如何成為別人的安慰與祝福，見證基督的救恩？

禱告方向：

求主使我們常常回到十字架前，經歷基督完全的赦免與醫治，活出新造的人，將神復原的大能帶給身邊的人，榮耀祂的名。

帶領小組討論建議

*小組材料使用指南

1. 營造安全分享環境

- 專注聆聽(注意肢體/眼神)，避免打斷分享者
- 給予充分沉默空間(建議每題停留10-20秒後再邀請回應)
- 嚴格遵守「不批評、不論斷」原則，接納不同生命階段

2. 聖靈引導的討論流程

- ① 個人默想：先讓組員安靜1分鐘思考問題(可輕播背景敬拜音樂)
- ② 輪流分享：注意給予每個人合適分享時間
- ③ 聖靈感動暫停：若分享中出現以下情況可先暫停討論：
 - 明顯情緒波動(哽咽、長時間沉默)
 - 共同認同的迫切代禱需求
 - 認罪悔改(組員主動承認過犯)
- ④ 即時禱告：由組長或指定組員帶領不超過3分鐘的聚焦禱告

3. 組長注意事項

- ✓ 組長先簡短複習核心經文
- ✓ 按所提供的資料分享
- ✓ 嚴格遵守「不批評、不論斷」原則，接納不同生命階段
- ✓ 專注聆聽(注意肢體/眼神)，避免打斷分享者
- ✗ 避免「說教式回應」
 - 「✎你不應該....」
 - 「✎你這樣想是不對的....」
 - 「✎我不同意你的說法....」

- ✖ 避免「建議式回應」改用「覆述式回應」:
 - 「☺ 我聽到你說(覆述對方分享内容)....」
 - 「☺ 你的表達是不是...？我有沒有聽錯你的意思？」
- ✖ 避免「教導式回應」, 改用「引導式提問」:
 - 「☺ 你覺得 神允許試探存在要我們經歷什麼？」
 - 「☺ 我們可以怎樣用愛心幫助這樣的人？」

4. 結束流程

- 最後10分鐘進行:

- ① 每人1句感恩的話
- ② 組長歸納「本週行動實踐方向」
- ③ 彼此代禱(特別為「最掙扎的實踐項目」)

附: 緊急情況處理

若出現以下狀況請立即停止討論, 由組長帶領禱告, 有需要時可向牧者尋求幫助和指引

- ☒ 涉及異端教導傾向
- ☒ 成員間產生激烈衝突
- ☒ 過度暴露他人隱私

願聖靈藉此材料在小組當中運行, 平衡真理教導與生命關顧, 使小組成為「金燈臺」般的見證!