

家庭祭坛时间



利未记 3:16

祭司要在坛上焚烧，作为馨香火祭的食物。脂油都是耶和华的。

诗篇 65:11

你以恩典为年岁的冠冕，你的路径都滴下脂油。

WRAPS 的模式

诗篇104:2

披上亮光 (WRAPS HIMSELF IN LIGHT)，如披外袍；铺张穹苍，如铺幔子。

诗篇103:5

他用美物 (WRAPS YOU IN GOODNESS)，使你所愿的得以知足，以致你如鹰返老还童。

(按：特别括注 WRAPS，是英文原稿要表达的一种属灵的遮盖，这个字有包裹、外套与罩住的含义。)

如何使用？

这个材料适用于每个家庭，一周一次。选择合适的时间与地点，让一家人每周聚在一起至少30分钟（例如：每个周五晚上7点用餐后在饭桌上聚会）。每次聚会都会用WRAPS的字母缩写来作提纲，每周遵循这个模式，主必用祂的亮光与美物罩住你，并驱除黑暗以转化你的家庭。

当你将最好的奉献给主（奉献的脂油），主就会把上好的福分倾倒在你家（丰盛的肥甘）。理想的做法，是由父亲召集并带领聚会。如果父亲不能做到这一点，可由母亲代替。

带领人最好每天读经10章，作为10x10小组的一部分。

@家庭祭坛时间带领人的指导原则：

1. 现在是建立的时候，不是拆毁的时候。
2. 现在是鼓励的时候，不是说教的时候。
3. 现在是祝福的时候，不是责备的时候。
4. 现在是寻求神同在的时候，不是解决问题的时候。
5. 现在是一起读经讨论的时候，不是一起八卦的时候。
6. 这应该是一段喜乐的时光，不要无聊或太严肃，以免家人反感。
7. 如果家人暂时不愿参加，请不要勉强，好好为他们作认同性悔改祷告（见第4点）。

@ WRAPS 的模式

1. W: 敬拜 Worshipping (7分钟*)

使用提供的YouTube链接与崇拜视频，一起赞美歌唱（如果可以的话，最好投影到大电视屏幕上）。怀着感恩的心，充满信心和热情地唱诗敬拜；像这样在你家中宣扬赞美神，会使邪灵逃跑，主的同在降临。

2. R: 读经 Reading (5分钟*)

全家一起大声朗读经文，包括那一周的经文（可以阅读打印纸或使用电子手册）。读经要信心满满，情真意切，全心投入其中。这样做是对你的家宣告神话语的能力，并通过大量读经建立自己的灵命，使神的话语充满你的心。

3. A: 应用 Applying (10分钟*)

请家庭成员诚实而简短地回答一些问题。带领人应事先快速准备好以熟悉经文，但并不意味着要深入查经，只是透过这个灵修时间，让神的话语实际应用到我们的生活，以带来转变。我们要做到提问时间又短又棒！

4. P: 祷告 Praying (5分钟*)

轮流为彼此祷告，也为家族祷告（使用从经文学习到的祷告）。祷告要简短有力，不要长篇大论，尤其是使用认同性的悔改祷告。（示例：主啊，赦免我们，我们因_____违背了你的约，求你施恩怜悯，宽恕我们，用你的宝血洁净，将我们从黑暗的权势中救出，通过_____帮助我们的灵回转归向你！奉主耶稣基督的名求，阿们！）

5. S: 祝福 Speaking Blessing (3分钟*)

父母（尤其是父亲）需要时间先来祝福你的儿女；儿女也可以为父母祝福，并彼此祝福。你可以使用亚伦大祭司在民数记 6:24-26 的祝福祷告：

6:24 愿耶和华赐福给你，保护你；

6:25 愿耶和华使他的脸光照你，赐恩给你；

6:26 愿耶和华向你仰脸，赐你平安。

这里加上另一种特殊的祝福，包含：高评价的肯定、描绘未来的愿景及重申个人的承诺。可以使用这样的格式：“我奉主耶稣基督的名祝福你，愿天父……。”

一个祝福的范例：“我奉主耶稣基督的名祝福你，愿天父赐福与你。我祝福你，神的平安与喜乐降在你身上，洁净你的身心灵与社交生活的每一部分。阿们！”

记住在祝福时要彼此保持眼神的接触，如果有人不注视你，你可以这样问：“我是否有做过伤害你的事情，使你不看我？”如果有得罪过他们，就请他们原谅（如此说：“请原谅我因着_____伤害了你。”）。只要他们肯原谅你，就可以为他们祝福；否则，就表示他们还没有准备好接受你的祝福。

* 建议时间：可以根据最适合你与家人的方式进行。

包
裹

着脂油

(FAT WRAPS)

2025 年

第一周

敬拜

(2025 年 10 月 1 日至 11 日) 列王记上 11 - 以斯拉记 8

《一切任神擺佈》 神是我生命的光

<https://www.youtube.com/watch?v=mumcJaEPOEA>

來到祭壇前

<https://www.youtube.com/watch?v=bY4zg2aYiNI>

约西亚 (儿童英文诗歌)

<https://youtu.be/QzqNZH-97C8?si=pncQF96ibOxT8xAK>

读经

列王记下 23

英语儿童读经

<https://youtu.be/smlejZYDBaE?si=g10smtvLNGfPcb3a>

15 他将伯特利的坛，就是叫以色列人陷在罪里尼八的儿子耶罗波安所筑的那坛，都拆毁焚烧，打碎成灰，并焚烧了亚舍拉。

16 约西亚回头，看见山上的坟墓，就打发人将坟墓里的骸骨取出来，烧在坛上，污秽了坛，正如从前神人宣传耶和華的话。

17 约西亚问说：“我所看见的是什么碑？”那城里的人回答说：“先前有神人从犹大来，预先说王现在向伯特利坛所行的事，这就是他的墓碑。”

第一周

读经

列王记下 23

18 约西亚说：“由他吧！不要挪移他的骸骨。”他们就不动他的骸骨，也不动从撒玛利亚来那先知的骸骨。

19 从前以色列诸王在撒玛利亚的城邑建筑邱坛的殿，惹动耶和华的怒气，现在约西亚都废去了，就如他在伯特利所行的一般；

20 又将邱坛的祭司都杀在坛上，并在坛上烧人的骨头，就回耶路撒冷去了。

21 王吩咐众民说：“你们当照这约书上所写的，向耶和华你们的神守逾越节。”

22 自从士师治理以色列人和以色列王、犹大王的时候，直到如今，实在没有守过这样的逾越节；

第一周

应用

1.

- 我们自己或家庭中有哪些偶像或影响需要被“拆毁”，才能完全尊荣神？
- 约西亚拆毁了引导百姓远离神的高处的邱坛和假神的祭坛。
- 现代生活中，有哪些类似的事物可能分散了我们全心敬拜的心？

2.

- 我们如何培养像约西亚那样的顺服之心，即便这需要违背文化规范或传统？
- 约西亚不只是做表面上的改变，而是果断而彻底地行动。
- 在今天的环境下，勇敢的顺服应当如何体现？

3.

- 我们可以怎样做，才能像约西亚庆祝逾越节一样，恢复并加深我们群体的敬拜和对神盟约的纪念？

第一周

为你的家祷告

为你的家人祷告，使之拆毁一切假神的祭坛，建造主的祭坛。(例如：“主啊，求祢赦免我们许多次容许假祭坛在我们的生活和家庭中存在。帮助我们除去一切不讨祢喜悦的事，并在我们的生活和家庭中建立祢的祭坛。阿们!”)

凭信心宣告：你的家庭要恢复纯洁的敬拜。(例如：“我们凭着信心，奉耶稣的名宣告：我们_____家要拆毁一切拦阻真实敬拜的偶像，用心灵和诚实敬拜天父。阿们!”)

祝福

奉主耶稣基督的名祝福儿女

奉主耶稣基督的圣名祝福你的孩子们，彼此对视，要有目光交流。请参阅指导原则中的第5点。

第二周

敬拜

(2025 年 10 月 12 日至 18 日) 以斯拉记 9 - 诗篇 3

祢的話

<https://www.youtube.com/watch?v=Qu4j-l0o0EU>

祢的話

https://www.youtube.com/watch?v=MP_Ng6OwBXU

圣经字母歌 (儿童英文诗歌)

https://youtu.be/uJCPtrra5Mw?si=w3TvRQ_ealC3Fu66

读经

尼希米記 8

英语儿童读经

<https://www.youtube.com/watch?v=sVkEdTsHFms>

- 1 到了七月，以色列人住在自己的城里。那时，他们如同一人聚集在水门前的宽阔处，请文士以斯拉将耶和華藉摩西传给以色列人的律法书带来。
- 2 七月初一日，祭司以斯拉将律法书带到听了能明白的男女会众面前。
- 3 在水门前的宽阔处，从清早到晌午，在众男女一切听了能明白的人面前，读这律法书。众民侧耳而听。

第二周

读经

尼希米記 8

4 文士以斯拉站在为这事特备的木台上；玛他提雅、示玛、亚奈雅、乌利亚、希勒家和玛西雅站在他的右边；毗大雅、米沙利、玛基雅、哈顺、哈拔大拿、撒迦利亚和米书兰站在他的左边。

5 以斯拉站在众民以上，在众民眼前展开这书。他一展开，众民就都站起来。

6 以斯拉称颂耶和华至大的神，众民都举手应声说：“阿们！阿们！”就低头，面伏于地，敬拜耶和华。

7 耶书亚、巴尼、示利比、雅悯、亚谷、沙比太、荷第雅、玛西雅、基利他、亚撒利雅、约撒拔、哈难、毗莱雅和利未人使百姓明白律法，百姓都站在自己的地方。

8 他们清清楚楚地念神的律法书，讲明意思，使百姓明白所念的。

第二周

应用

1.

- 我们如何在个人和团体生活中培养对神话语更深的渴慕呢？
- 当时百姓聚集，渴望听人朗读圣经。
- 有哪些属灵操练能帮助我们以同样的期待和敬畏来亲近圣经呢？

2.

- 理解在我们的属灵成长中扮演什么角色？
- 我们如何互相帮助，更好地领会圣经真理？
- 利未人帮助百姓讲解律法，使他们能够明白。
- 那么，在我们的小组中，如何营造一个有助于学习和理解的环境呢？

3.

- 我们如何像尼希米时代的人那样，用情感和行动回应神的话语呢？
- 他们的反应包括哭泣、敬拜，随后还有庆祝。
- 我们的心与生命应当如何反映圣经对我们的影响呢？

第二周

为你的家祷告

为你的家人祷告，使之渴慕并活出神的道。(例如：“主啊，求祢赦免我们常常渴慕其他的话语，却忽略了祢宝贵的话语！帮助我们渴慕深入研读祢的话语，使我们能够明白其意义，并能活出智慧的生命。阿们。”)

宣告你的家人将活出神的道！（例如：“我们宣告：我们_____家将在我们生活的各个方面活出神的道。我们要以神的话语为首要的渴慕，并在思想、言语和行为上都践行出来。阿们!”)

祝福

奉主耶稣基督的名祝福儿女

奉主耶稣基督的圣名祝福你的孩子们，彼此对视，要有目光交流。请参阅指导原则中的第5点。

第三周

敬拜

(2025 年 10 月 19 日至 25 日) 诗篇 4 - 诗篇 78

带我到你圣山 诗篇43

<https://www.youtube.com/watch?v=zVCfKgSail4>

你为何忧闷 诗43:3-5 曲

<https://www.youtube.com/watch?v=WkAN1KO9kYM>

主，发你的光（儿童诗歌）

<https://www.youtube.com/watch?v=DFSuUfHdGws>

读经

诗 篇 43

英语儿童读经

<https://www.youtube.com/watch?v=Y64-usY3u64>

- 1 神啊，求你伸我的冤，向不虔诚的国为我辨屈；求你救我脱离诡诈不义的人。
- 2 因为你是赐我力量的神，为何丢弃我呢？我为何因仇敌的欺压时常哀痛呢？
- 3 求你发出你的亮光和真实，好引导我，带我到你的圣山，到你的居所。
- 4 我就走到神的祭坛，到我最喜乐的神那里。 神啊，我的神！我要弹琴称赞你。
- 5 我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望神，因我还要称赞他。他是我脸上的光荣（原文作“帮助”），是我的神。

第三周

应用

1.

- 当你在灵性上感到沮丧或与神疏远时，什么能帮助你重新与祂的同在和真理连结呢？
- 诗篇43篇表达了对回到神的祭坛、再次找到喜乐的渴望。
- 哪些属灵的操练或提醒，能帮助你把心重新与祂对齐？

2.

- 我们如何在困惑或痛苦的时候，邀请神的光与真理引导我们？
- 诗篇作者祈求神的指引。
- 我们在日常决策中，怎样才能积极地寻求并遵行神的带领呢？

3.

- 当环境看似不公或问题未得到解决时，依靠神的盼望意味着什么？

第三周

为你的家祷告

为你的家人祷告，使之被神的光与真理指引。(例如：“主啊，求祢赦免我们常常让世界的黑暗和谎言引导我们，而没有倚靠祢的光与真理。帮助我们每日来到祢的祭坛，领受祢的光与真理，好让我们的生命活在祢满溢的喜乐中。阿们!”)

凭信心宣告：你的家庭要建立彰显祂光与真理的坚固祭坛。(例如：“我们宣告：我们_____家将每日、每周建立坚固有效的祷告祭坛，在神的话语和同在中寻求祂的光与真理。我们要时时活在祢满溢的喜乐中。阿们!”)

祝福

奉主耶稣基督的名祝福儿女

奉主耶稣基督的圣名祝福你的孩子们，彼此对视，要有目光交流。请参阅指导原则中的第5点。

第四周

敬拜

(2025 年 10 月 26 日至 31 日) 诗篇 79 - 诗篇 129

我要唱耶和華的大慈愛

https://www.youtube.com/watch?v=j_UqaoQQLn0

詩篇101篇

https://www.youtube.com/watch?v=fLPOU1i_kj4

我不会做任何邪恶的事（儿童诗歌）

https://youtu.be/jEXHqAgyCKI?si=_MEpN6ddXOr7A928

读经

诗篇 101

英语儿童读经

<https://www.youtube.com/watch?v=YYyGSxT9pmo>

- 1（大卫的诗。）我要歌唱慈爱和公平；耶和華啊，我要向你歌颂。
- 2 我要用智慧行完全的道。你几时到我这里来呢？我要存完全的心行在我家中。
- 3 邪僻的事，我都不摆在我眼前；悖逆人所作的事，我甚恨恶，不容沾在我身上。
- 4 弯曲的心思，我必远离，一切的恶人（或作“恶事”），我不认识。
- 5 在暗中谗谤他邻居的，我必将他灭绝。眼目高傲、心里骄纵的，我必不容他。
- 6 我眼要看国中的诚实人，叫他们与我同住。行为完全的，他要伺候我。
- 7 行诡诈的，必不得住在我家里；说谎话的，必不得立在我眼前。
- 8 我每日早晨要灭绝国中所有的恶人，好把一切作孽的从耶和華的城里剪除。

第四周

应用

1.

- 在无人看到的私密生活中追求正直意味着什么？
- 大卫立志在家中存完全的心，行事为人无可指摘。
- 我们如何在思想、习惯和家庭环境中培养圣洁？

2.

- 我们如何保护眼睛和心灵，不被引向偏离神标准的事物？
- “邪僻的事，我都不摆在我眼前。”
- 有哪些界限或操练能帮助我们保持属灵的专注与纯洁？

3.

- 我们允许什么样的影响进入生命？
- 又该如何有意地让自己被敬虔的劝勉环绕？
- 大卫提到要拒绝欺诈和诽谤的人。
- 我们如何培养能彼此鼓励，追求真理、公义，并促进属灵成长的人际关系？

第四周

为你的家祷告

为你的家人祷告，求神引导我们行在正直与公义中。（例如：“主啊，求祢赦免我们常常行在邪恶的道路上，而不是遵行祢的正直与公义。求祢帮助我们在祢的同在中生活，以智慧行事，完全地活出祢的旨意，不将任何邪恶摆在眼前。阿们!”）

我们奉耶稣的名凭信心宣告：我们_____家，在主面前要成为正直公义的子民。我们必不将邪恶摆在眼前，只愿一生每日都行在祂的话语和道路中。阿们！

祝福

奉主耶稣基督的名祝福儿女

奉主耶稣基督的圣名祝福你的孩子们，彼此对视，要有目光交流。请参阅指导原则中的第5点。

此手册仅供内部使用，不得出售。



TRANSFORMATION **SG**

