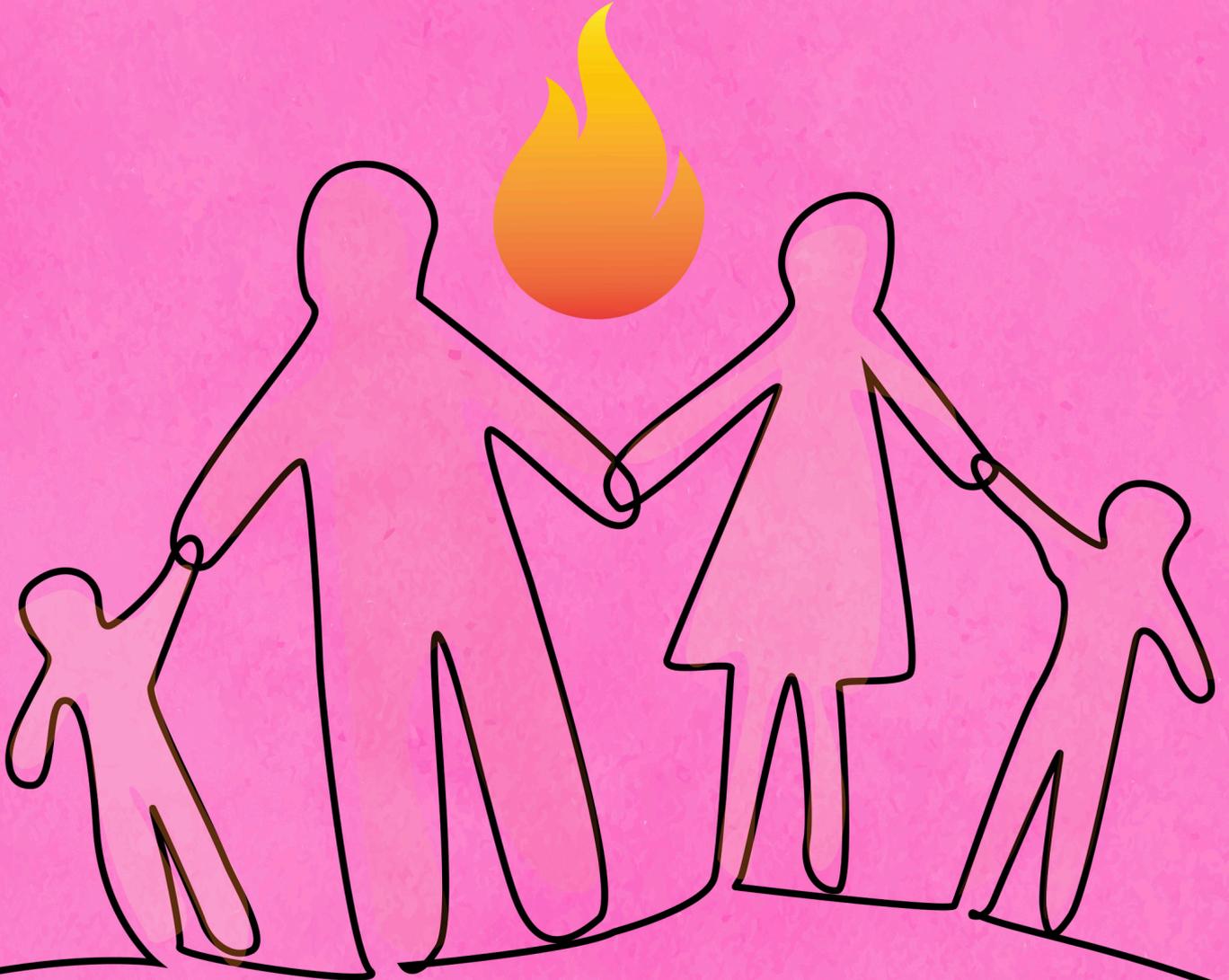


家庭 祭坛时间



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 愿耶和華賜福給你，保護你；

6:25 愿耶和華使他的臉光照你，賜恩給你；

6:26 愿耶和華向你仰臉，賜你平安。

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)

2026年



第一周

敬拜

(2026年3月1日至8日) 詩篇 119 - 傳道書 10

到應許之地

<https://www.youtube.com/watch?v=AZE8ifmh9ow>

詩篇149篇

<https://www.youtube.com/watch?v=dW6oXTSk2h4>

为主跳舞 (儿童英文诗歌)

<https://youtu.be/9U-8CCYUY-U?si=c6FPBXJKjOW4ds7n>

读经

詩篇 149

英语儿童读经

<https://www.youtube.com/watch?v=1Nm-oxUoTAw>

- 1 你们要赞美耶和华！向耶和华唱新歌，在圣民的会中赞美他。
- 2 愿以色列因造他的主欢喜；愿锡安的民因他们的王快乐。
- 3 愿他们跳舞赞美他的名，击鼓、弹琴歌颂他。
- 4 因为耶和华喜爱他的百姓，他要用救恩当作谦卑人的妆饰。
- 5 愿圣民因所得的荣耀高兴，愿他们在床上欢呼。
- 6 愿他们口中称赞神为高，手里有两刃的刀，
- 7 为要报复列邦，刑罚万民。

第一周

读经

诗篇 149

- 8 要用链子捆他们的君王，用铁镣锁他们的大臣，
9 要在他们身上施行所记录的审判。他的圣民都有这荣耀。你们要赞美耶和华！

第一周

应用

1.

- 这个星期，我们怎样让我们的家成为一个充满喜乐与赞美的地方？
- 有哪些简单的实践——例如音乐、感恩时刻、彼此分享见证——可以帮助我们在日常生活的节奏中培养敬拜的心？

2.

- 神称我们为“以胜利为冠冕的子民”，我们的家庭生活是否反映出这样的身份？
- 当我们常常记得神喜悦我们，这样的确信会如何改变我们彼此说话的语气、面对冲突的态度，以及做决定时的选择？

3.

- 我们如何既能忠心地持守正义，却又不过于严厉或伤人？
- 诗篇提到神的子民口中有赞美，手中有刀剑，象征敬拜与公义并行。
- 神是否正在呼召我们的家庭，在社区、学校或人际关系中，以勇气站立、以正直行事、以怜悯待人？

第一周

为你的家祷告

为你的家庭祷告，使之成为常常赞美的子民。（例如：“主啊，求祢赦免我们，因我们常常向祢和他人发怨言、起抱怨，却没有选择赞美祢、也没有彼此鼓励。求祢帮助我们常存感恩的心，成为常常赞美的子民，活在祢的得胜中，好让我们能刚强壮胆地行在祢的道路上。阿们！”）

凭信心宣告，你的家庭是活在赞美与得胜中的家庭。（例如：“我们奉主耶稣的名，凭信心宣告，我们 _____ 家要活在赞美的灵中，刚强壮胆，好让我们自己和他人都能在主里活出得胜的生命。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

(2026年3月9日至15日) 傳道書 11 - 以賽亞書 60

以賽亞書40章

<https://www.youtube.com/watch?v=ERNtMLki-0I>

看见复兴

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

草枯萎 (儿童英文诗歌)

<https://youtu.be/FdUGs9joPYs?si=PAE4725tX33KNtj9>

读经

以賽亞書 40

英语儿童读经

<https://www.youtube.com/watch?v=vlwaBkY9sfc>

- 1 你们的神说：“你们要安慰、安慰我的百姓。
- 2 要对耶路撒冷说安慰的话，又向他宣告说，他争战的日子已满了，他的罪孽赦免了，他为自己的一切罪，从耶和华中加倍受罚。”
- 3 有人声喊着说：“在旷野预备耶和华中路（或作“在旷野，有人声喊着说：当预备耶和华中路”），在沙漠地修平我们神的道。
- 4 一切山洼都要填满，大小山冈都要削平。高高低低要改为平坦，崎崎岖岖的必成为平原。

第二周

读经

以賽亞書 40

- 5 耶和華的榮耀必然顯現，凡有血氣的必一同看見，因為這是耶和華親口說的。”
- 6 有人聲說：“你喊叫吧！”有一個說：“我喊叫什麼呢？”說：“凡有血氣的盡都如草，他的美容都像野地的花。
- 7 草必枯干，花必凋殘，因為耶和華的氣吹在其上；百姓誠然是草。
- 8 草必枯干，花必凋殘；惟有我們神的話，必永遠立定！”

第二周

应用

1.

- 我们每个人现在在哪些方面最需要神的安慰？我们的家庭如何彼此带来这份安慰？
- 这个问题邀请家人坦诚地说出自己的重担、惧怕或疲惫，同时学习温柔且有意的关怀，互相扶持。

2.

- 在我们家里或人际关系中，有哪些“崎岖之处”需要平整，使神的同在更容易显明？
- 家人可以一起探讨，有哪些习惯、态度或相处模式需要调整，好为神的平安与合一腾出空间。

3.

- 当周围许多事物都显得短暂或不确定时，我们如何把这一周扎根在“永远长存”的神的话语上？
- 家人可以一起脑力激荡，想出一些简单的日常节奏——例如一起读经、背诵经文，或分享讨论——帮助彼此扎根在永恒不变的真理上。

第二周

为你的家祷告

为你的家庭祷告，使之成为既得安慰又能安慰他人的子民。（例如：“主啊，求祢赦免我们，因我们常常在生活中感到不安，却没有每天浸泡在祢的同在里，领受祢的安慰。求祢帮助我们先领受从你而来的安慰，好使我们能彼此安慰。阿们。”）

宣告你的家庭成员将成为安慰人的子民。（例如：“我们宣告，我们_____家，在伟大的安慰者——圣灵的大能里，先从神领受安慰，好去安慰彼此，以及那些我们所遇见的人。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

(2026年3月16日至22日) 以賽亞書 61 - 以西結書 7

分別為聖

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

祂知我名

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

詩篇 1 (儿童诗歌)

https://youtu.be/_o3GwtlRHnA?si=qSJnPHdraNHLgezH

读经

耶利米書 1

英语儿童读经

<https://www.youtube.com/watch?v=GVgKPy7JTQ8> – to 1:06

- 1 便雅悯地亚拿突城的祭司中，希勒家的儿子耶利米的话记在下面。
- 2 犹大王亚们的儿子约西亚在位十三年，耶和華的话临到耶利米。
- 3 从犹大王约西亚的儿子约雅敬在位的时候，直到犹大王约西亚的儿子西底家在位的末年，就是十一年五月间耶路撒冷人被掳的时候，耶和華的话也常临到耶利米。
- 4 耶利米说，耶和華的话临到我说：
- 5 “我未将你造在腹中，我已晓得你；你未出母胎，我已分别你为圣；我已派你作列国的先知。”
- 6 我就说：“主耶和華啊，我不知怎样说，因为我是年幼的。”

第三周

读经

耶利米書 1

7 耶和华对我说：“你不要说‘我是年幼的’，因为我差遣你到谁那里去，你都要去；我吩咐你说什么话，你都要说。

8 你不要惧怕他们，因为我与你同在，要拯救你。这是耶和华说的。”

9 于是耶和华伸手按我的口，对我说：“我已将当说的话传给你。

10 看哪，我今日立你在列邦列国之上，为要施行拔出、拆毁、毁坏、倾覆，又要建立、栽植。”

第三周

应用

1.

- **我们如何帮助彼此认识神所赐予我们的恩赐和呼召？**
- 家人可以一起探讨，如何肯定彼此的长处，鼓励发展各自的恩赐，并在彼此的人生使命与方向上说造就的话、带来生命的力量。

2.

- **在信仰或责任上，我们在哪些方面感到犹豫、不安，或觉得自己“还不够成熟”？我们如何在这些方面彼此扶持？**
- 这个问题为家庭成员提供空间，讨论彼此的恐惧、自我怀疑，并强调互相鼓励、彼此加油的重要性。

3.

- **这个星期，我们可以采取哪些具体行动，用爱心和勇气说出真理，相信神与我们同在？**
- 家人可以一起思考生活中的不同情境——学校、工作、友情或社区中，是否需要坚持正义、给予鼓励，或带入神的视角。

第三周

为你的家祷告

为你的家庭祷告，使之明白神在你们生命中的呼召，并行在其中。（例如：“主啊，求祢赦免我们，因为我们常常轻看自己，没有活出祢在我们生命中美好的呼召。求祢帮助我们兴起，担起在祢身体中的位分，也彼此帮助，彼此扶持，去完成祢的呼召。阿们！”）

凭信心宣告，你的家庭要活出在神里的呼召。（例如：“我们宣告，我们 _____ 家，不再轻看自己，也不轻看彼此，而是凭信心兴起，活出个人和家庭的呼召，并在这条属灵道路上彼此激励。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

(2026年3月23日至31日) 以西結書8 - 彌迦書7

守望者

<https://www.youtube.com/watch?v=IMO5Bfoz5WI>

忠心守望

<https://www.youtube.com/watch?v=EUvL0jt42Z0>

你们想当守望者吗？（儿童诗歌）

https://youtu.be/cnCaSbJvw8U?si=9PxRyGUzpCWfyk_3

读经

以西結書3

英语儿童读经

<https://www.youtube.com/shorts/yI1TAGk0IKg>

16 过了七日，耶和華的話臨到我說：

17“人子啊，我立你作以色列家守望的人，所以你要聽我口中的話，替我警戒他們。

18 我何時指着惡人說：‘他必要死’，你若不警戒他，也不勸戒他，使他離開惡行，拯救他的性命，這惡人必死在罪孽之中，我却要向你討他喪命的罪（原文作“血”）。

19 倘若你警戒惡人，他仍不轉離罪惡，也不離開惡行，他必死在罪孽之中，你却救自己脫離了罪。

第四周

读经

以西結書 3

20 再者，义人何时离义而犯罪，我将绊脚石放在他面前，他就必死。因你没有警戒他，他必死在罪中，他素来所行的义不被记念，我却要向你讨他丧命的罪（原文作“血”）。

21 倘若你警戒义人，使他不犯罪，他就不犯罪，他因受警戒就必存活，你也救自己脱离了罪。”

第四周

应用

1.

- 在日常生活中，我们如何以爱心彼此“守望”？
- 家人可以一起探讨：当有人感到挣扎、偏离方向或灰心时，我们是否能够察觉？
- 以及如何用关怀而不是批评来回应。

2.

- 什么时候我们会觉得难以彼此说真话？我们又如何带着温柔与勇气去表达？
- 这个问题可以引导家人一起讨论：如何用诚实、温和的提醒，以及用造就人而不是伤害人的方式，带着勇气说出该说的话。

3.

- 哪些习惯能帮助我们为自己的选择负责，同时也彼此支持属灵生命的成长？
- 家人可以一起探讨一些属灵生活节奏（例如祷告、读经、认罪、彼此鼓励等），在彼此同行中，一起成长。

第四周

为你的家祷告

为你的家庭祷告，使之在神的国度中成为守望者。（例如：“主啊，求祢赦免我们，因我们常常没有彼此守望，也没有留意祢所托付给我们的人。求祢帮助我们，认真地站在破口中，用祢的爱去关怀他人，用祢救恩的话语去触及人心。阿们！”）

奉主耶稣的名凭信心宣告：我们 _____ 家是祂国度的守望者。我们要彼此守望，也要顾念身边的人，用爱心说诚实话。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。



TRANSFORMATIONS_{SG}

