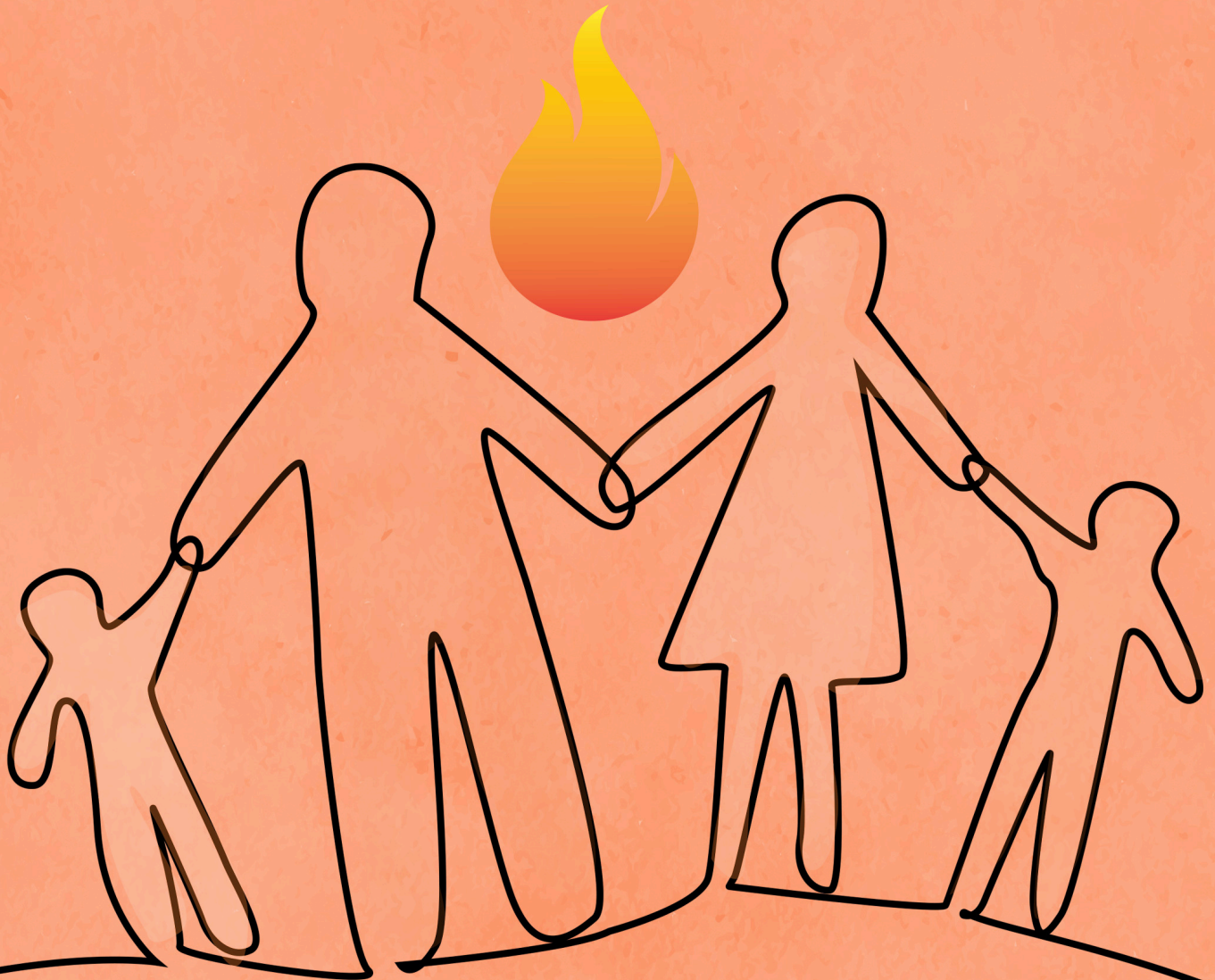


# 家庭 祭坛时间



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6月1日至7日) 撒母耳记下5; 历代志上9-12;  
诗篇102-104, 106-107, 133

诗篇133篇-黑门的甘露

<https://www.youtube.com/watch?v=ydABT09JqLc>

看哪 弟兄和睦同居

<https://www.youtube.com/watch?v=c3f2D3BiuB8>

住在其中是多么美好 (儿童英文诗歌)

<https://youtu.be/IWLyzfxgSMU?si=VA6q9L7wTpgibICs>

## 读经

### 诗篇 133

英语儿童读经

<https://www.youtube.com/watch?v=c1RNZpBCKbw>

- 1 (大卫上行之诗。) 看哪，弟兄和睦同居，是何等地善，何等地美！
- 2 这好比那贵重的油浇在亚伦的头上，流到胡须，又流到他的衣襟。
- 3 又好比黑门的甘露降在锡安山，因为在那里有耶和华所命定的福，就是永远的生命。

# 第一周

## 应用

### 1.

- 我们在哪些方面最自然地感受到家庭的合一？又在哪些方面感到关系的紧张？
- 这能帮助每个人说出家庭中的喜乐与压力所在，从而欣赏已经做得好的地方，并温柔地面对和改善不足之处。

### 2.

- 本周我们每个人可以做一件什么微小而有意识的行动，来增强彼此的合一？
- 合一是在简单、可重复的习惯中慢慢建立的——例如及时道歉、主动分担家务、一句鼓励的话，或一起共享餐食。

### 3.

- 我们的家庭如何成为他人的合一与和平的源头——无论是对朋友、邻舍、教会，或是亲戚？
- 诗篇133篇将合一描绘成如同膏油和甘露向外流动的祝福。
- 这个问题帮助家庭把视野从自身延伸到他人。

# 第一周

## 为你的家祷告

为你的家庭祷告，使之在合一中被圣灵膏抹。（例如：“主啊，求祢赦免我们，因我们很多时候都没有持守家庭的合一。帮助我们有意识地活在祢为我们所成就的合一里。阿们！”）

凭信心宣告：你的家庭是在爱中合一的家庭。（例如：“我们凭信心奉主耶稣的名宣告：我们\_\_\_\_\_家在天父的爱中合一，并将这份合一与平安延伸给他人。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。

# 第二周

## 敬拜

(2026年6月8日至14日) 撒母耳记下 6 - 21;  
历代志上 13 - 20; 诗篇 1-2, 4, 12 - 13, 15, 20, 22 - 24,  
26, 28 - 29, 32 - 33, 36, 39 - 40, 47, 50 - 51, 53,  
55, 58, 60 - 62, 64 - 70, 75, 86, 89, 96,  
100 - 101, 105, 122, 132

救恩归与我们的神

<https://www.youtube.com/watch?v=BNR1cfDSjYg>

醒来吧！地上的人！诗篇53

<https://www.youtube.com/watch?v=NAUvBOcNBm4>

诗篇53（儿童英文诗歌）

<https://youtu.be/0j5btwgApal?si=lwG0QTPgNMQUyPT4>

## 读经

### 诗篇 53

英语儿童读经

<https://www.youtube.com/watch?v=LxV1GpwHgGU>

- 1（大卫的训诲诗，交与伶长。调用麻哈拉。）愚顽人心里说，没有神。他们都是邪恶，行了可憎恶的罪孽，没有一个人行善。
- 2 神从天上垂看世人，要看有明白的没有，有寻求他的没有。
- 3 他们各人都退后，一同变为污秽，并没有行善的，连一个也没有。
- 4 作孽的没有知识吗？他们吞吃我的百姓如同吃饭一样，并不求告神。

# 第二周

# 读经

## 出埃及記 24

- 5 他们在无可惧怕之处，就大大害怕，因为神把那安营攻击你之人的骨头散开了。你使他们蒙羞，因为神弃绝了他们。
- 6 但愿以色列的救恩从锡安而出，神救回他被掳的子民。那时，雅各要快乐，以色列要欢喜。

# 第二周

## 应用

### 1.

- 我们在哪些方面看见自己有诗篇53篇所描述的态度——忘记神、倚靠自己，或渐渐走向愚昧的选择？我们可以怎样一起回转归向祂？
- 这能帮助家庭辨认属灵上细微的偏离模式，并学习把悔改当作一种共同的生活节奏。

### 2.

- 我们的家庭如何在日常生活中培养对神更深的认识，好让我们不至于“活得好像没有神一样”？
- 诗篇53篇提醒我们一个危险：实际上的无神状态——口里相信神，生活中却没有以祂为中心。
- 这个问题鼓励家人建立简单而具体的习惯，让家庭重新以神为中心。

### 3.

- 我们可以通过哪些方式参与神的工作，将盼望、怜悯和复兴带给他人，从而活出祂在诗篇中所应许的救恩？
- 诗篇在结尾流露出对神拯救的渴望。
- 这个问题帮助家人将眼光转向他人，活出并传递所领受的盼望。

## 第二周

# 为你的家祷告

为你的家庭祷告，使之在对神的态度上有智慧，不至于愚昧。（例如：“主啊，赦免我们常常活在一种实际上的无神状态中——口里相信祢，却活得好像祢不存在一样。帮助我们活在与祢真实的关系中。阿们。”）

宣告你的家人在一切所思、所言、所行中都意识到神的同在。（例如：“我们宣告：我们\_\_\_\_\_家将天天活在神真实的同在中，并将盼望、怜悯和复兴带给他人。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6月15日至21日) 撒母耳记下 22 - 24; 历代志上 21 - 29;  
列王纪上 1 - 4; 历代志下 1; 雅歌 1 - 8;  
诗篇 5, 30, 37 - 38, 41 - 42, 57,  
71 - 72, 94 - 95, 97 - 99, 108 - 119,  
127, 131, 138 - 139, 143 - 145

耶和華所親愛的

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

等候耶和華

<https://www.youtube.com/watch?v=yNPeNBw-xYQ>

孩子是禮物 (兒童詩歌)

[https://youtu.be/20DQrKIAowY?si=F-lly\\_tHQG9IBShS](https://youtu.be/20DQrKIAowY?si=F-lly_tHQG9IBShS)

## 讀經

### 詩篇 127

英語兒童讀經

<https://www.youtube.com/watch?v=xiCnJDTDB4I>

- 1 (所羅門上行之詩。) 若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力；若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然警醒。
- 2 你們清晨早起，夜晚安歇，吃勞碌得來的飯，本是枉然；惟有耶和華所親愛的，必叫他安然睡覺。
- 3 兒女是耶和華所賜的产业，所懷的胎是他所給的賞賜。
- 4 少年时所生的兒女，好像勇士手中的箭。
- 5 箭袋充滿的人便為有福。他們在城門口和仇敵說話的時候，必不至於羞愧。

# 第三周

## 应用

### 1.

- 在我们家庭生活的哪些方面，我们虽然很努力，却忘了邀请神与我们一同建造？
- 这能帮助每位家人反思日程安排、目标和压力，看见哪些地方是用自己的努力取代了对神的倚靠。

### 2.

- 本周我们的家庭可以怎样操练“安息中的信靠”，而不是焦虑中的劳碌？
- 诗篇127篇提醒我们，神使祂所爱的人安然睡觉。
- 这个问题为我们开启了关于生活节奏、内心平安以及健康生活规律的对话。

### 3.

- 我们如何更有意识地去塑造和引导我们家中的“箭”——我们的孩子、我们的关系，甚至我们共同的使命？
- 这个问题帮助家人去思考门徒训练、品格塑造，以及一家人一起前行的长远方向。

## 第三周

# 为你的家祷告

为你的家庭祷告，使之成为建造神国度的一份子。（例如：“主啊，赦免我们常常建造自己的国度，而不是祢的国度。帮助我们全家成为明亮的箭，射中祢国度的靶心，建造祢的国度。阿们！”）

凭信心宣告，你的家庭是一个以权能与爱心建造祂国度的家庭。

（例如：“我们宣告：我们\_\_\_\_\_家是国度的建造者，不是建造自己的国度，而是建造祂的国度。我们要成为明亮的箭，击破仇敌的计谋，并有意识地推进祂在地上的使命。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。

# 第四周

## 敬拜

(2026年6月22日至30日) 箴言 1 - 31; 列王紀上 5 - 22; 歷代志下 2 - 23;  
傳道書 1 - 12; 俄巴底亞書 1; 詩篇 134, 136, 146 - 150

你們要讚美耶和華

<https://www.youtube.com/watch?v=GM6GJNT7bXM>

你们要赞美耶和華-詩:150

[https://www.youtube.com/watch?v=i\\_Kutxfl4aE](https://www.youtube.com/watch?v=i_Kutxfl4aE)

詩篇 150 (兒童詩歌)

[https://youtu.be/OzQzW3R1rIM?si=kaQDK8Xz1ZPKIw\\_M](https://youtu.be/OzQzW3R1rIM?si=kaQDK8Xz1ZPKIw_M)

## 讀經

### 詩篇 150

英語兒童讀經

<https://www.youtube.com/watch?v=zvSVHv56hME>

- 1 你們要讚美耶和華！在神的聖所讚美他，在他顯能力的穹蒼讚美他。
- 2 要因他大能的作為讚美他，按着他極美的大德讚美他。
- 3 要用角聲讚美他，鼓瑟、彈琴讚美他；
- 4 擊鼓、跳舞讚美他，用絲弦的樂器和簫的聲音讚美他；
- 5 用大響的鈸讚美他，用高聲的鈸讚美他。
- 6 凡有氣息的，都要讚美耶和華。你們要讚美耶和華！

# 第四周

## 应用

### 1.

- 我们的家庭可以通过哪些方式，有意识地让赞美成为家中生活的常态？
- 这能帮助家庭建立属灵节奏——例如唱诗歌、祷告、感恩的时刻，或彼此分享见证，让赞美成为一种生活方式，而不仅仅是主日的活动。

### 2.

- 我们家庭中的每个人，如何运用自己独特的恩赐、个性和“乐器”来赞美神？
- 诗篇150篇描绘了用各种不同的乐器赞美神，这个问题帮助家人彼此看见并肯定：每位成员都可以用不同方式来反映并荣耀神。

### 3.

- 我们最近在哪些方面看见神的作为？我们可以如何一起以赞美来回应祂？
- 这鼓励家人放慢脚步，察验神的良善，并学习以感恩和喜乐回应祂的作为。

# 第四周

## 为你的家祷告

为你的家庭祷告，使之成为一个充满赞美的家庭。（例如：“主啊，求祢赦免我们常常灰心，未能在祢的同在中存感恩与喜乐的心。求祢帮助我们成为一个赞美的家庭，使用各人独特的恩赐，将祢的爱传扬到世界。阿们！”）

我们奉耶稣的名凭信心宣告：我们\_\_\_\_\_家是一个充满赞美的家庭，是一个充满能力的家庭。我们必看见祂在我们家中动工，也借着我们，将这份喜乐带到世界各地，一同欢庆。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。



TRANSFORMATIONSG

